



PROCEDIMIENTO DE CONSULTA DE MENÚS

Por la presente les informamos del procedimiento en caso de querer consultar los menús de los niños.

Hay puestas a disposición varias vías para ello y las indicaremos a continuación.

- En primer lugar, está la app “Como en casa Comedor Escolar”, en la que cada niño tiene asignado en su perfil personal el menú que le corresponde (tanto si es menú basal, como si es menú especial).



- Por otro lado, se pone también a disposición de quien lo necesite de nuestra página web “Consulta tu menú” donde con las claves que compartimos a continuación, se pueden descargar las planillas en formato pdf.

<http://www.cateringhgonzalez.com/consultatumenu>

USUARIO: hgonzalez399

CONTRASEÑA: colegio



En esta web, también se puede consultar la propuesta de cena que se realiza de forma mensual en consonancia con el menú de almuerzo que tienen los niños en el comedor escolar.

A continuación, se muestra un ejemplo de planilla en pdf que se puede descargar de la web “Consulta tu menú”.

Menú BASAL Infantil Ciclo 2 FEBRERO 2023

	1	2	3
	Coditos salteados con salsa de verduras [tomate, calabacín, cebolla, pimiento rojo] (1)(3) Tortilla de patatas y calabacín con guarnición de tomate y maíz (3) Agua + pan (1) + plátano	Crema de calabacín Salchichas de pollo guisadas en salsa de verduras [cebolla, zanahoria, pimiento verde] (1)(3) Agua + pan integral (1) + manzana	Guiso de arroz con verduras [tomate, champiñones, cebolla] Merluza al horno en salsa de azafrán con guarnición de lechuga y zanahoria (4)(11) Agua + pan (1) + ciruela
	642,36 kcal, 28,08g grasas, 18,04g proteínas, 75,03g hidratos de carbono	629 kcal, 13,75g grasas, 12,78g proteínas, 49,75g hidratos de carbono	548,76 kcal, 14,88g grasas, 16,54g proteínas, 75,41g hidratos de carbono
6	7	8	9
Arroz salteado a la cubana [tomate, cebolla] Tortilla francesa con guarnición de lechuga y maíz (3) Agua + pan (1) + manzana	Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, escarola, col y lombarda con AOVE* y sal yodada Estofado de patatas con potón y verduras [berenjena, zanahoria, tomate] (6) Agua + pan integral (1) + pera	Crema de zanahorias Macarrones con salsa de tomate [tomate, cebolla] (1)(3) Agua + pan (1) + mandarina	Sopa de fideos con verduras [zanahoria, patata, puerro, cebolla] (1)(13) Hamburguesas de ternera a la plancha con guarnición de arroz salteado (9)(13) Agua + pan (1) + manzana
598,68 kcal, 30,62g grasas, 12,32g proteínas, 68,82g hidratos de carbono	570,92 kcal, 15,57g grasas, 8,88g proteínas, 48,59g hidratos de carbono	425,37 kcal, 8,42g grasas, 12,13g proteínas, 74,82g hidratos de carbono	547,28 kcal, 16,42g grasas, 18,08g proteínas, 80,28g hidratos de carbono
13	14	15	16
Estofado de patatas con verduras [berenjena, zanahoria, tomate] Salchichas de pollo guisadas en salsa de verduras [cebolla, zanahoria, pimiento verde] con guarnición de lechuga y tomate (1)(3) Agua + pan (1) + mandarina	Ensalada de lechuga, zanahoria, col, lombarda y atún con AOVE* y sal yodada Potaje de alubias con patatas y verduras [tomate, cebolla, zanahoria] Agua + pan integral (1) + pera	Crema vichyssoise [puerro] Guiso de arroz con verduras y magro de cerdo [berenjena, cebolla, tomate] Agua + pan (1) + mandarina	Coditos con salsa de tomate [tomate, cebolla] (1)(3) Salmon al horno con guarnición de arroz salteado (9)(3)(6) Agua + pan (1) + yogur (2)
481,07 kcal, 21,17g grasas, 12,82g proteínas, 81,02g hidratos de carbono	586,29 kcal, 15,46g grasas, 12,36g proteínas, 50,21g hidratos de carbono	425,78 kcal, 8,64g grasas, 14,48g proteínas, 79,08g hidratos de carbono	625,78 kcal, 23,32g grasas, 23,98g proteínas, 70,59g hidratos de carbono
20	21	22	23
Estofado de patatas con verduras [berenjena, zanahoria, tomate] Bacalao encebollado (4)(6)(11) Agua + pan (1) + manzana	Ensalada de lechuga, zanahoria, col, lombarda y atún con AOVE* y sal yodada (5) Potaje de alubias con patatas y verduras [tomate, cebolla, zanahoria] Agua + pan integral (1) + pera	Macarrones con salsa de tomate y orégano (1)(3) Tortilla de patatas con guarnición de lechuga y tomate (3) Agua + pan (1) + ciruela	Crema de zanahorias Hamburguesas de ternera a la plancha en salsa de verduras (9)(13) [zanahoria, cebolla] Agua + pan (1) + yogur (2)
581,54 kcal, 9,89 g grasas, 54,21g hidratos de carbono, 19,85 g proteínas	593,31 kcal, 13,28 g grasas, 48,84g hidratos de carbono, 14,38 g proteínas	582,87 kcal, 23,76 g grasas, 72,27 g hidratos de carbono, 18,88 g proteínas	442,89 kcal, 22,31 g grasas, 40,38 g hidratos de carbono, 15,15 g proteínas
27	28 FESTIVO		
Crema de siete verduras [juevas, calabaca, cebolla, calabacín, zanahoria, puerro, guisantes] Coditos salteados con salsa de verduras (1)(3) [berenjena, calabacín, cebolla, pimiento rojo] Agua + pan (1) + manzana	Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, escarola, col y lombarda con AOVE* y sal yodada Lentejas estofadas con arroz, patatas y verduras [berenjena, pimiento verde, calabacín] Agua + pan integral (1) + pera		
481,68 kcal, 18,45 g grasas, 79,9 g hidratos de carbono, 18,45 g proteínas	421,22 kcal, 13,51 g grasas, 43,29 g hidratos de carbono, 14,42 g proteínas		
1-Gluten 2-Lácteos 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos de cáscara 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuzos			
			*AOVE: Aceite de oliva virgen extra



- Para finalizar, en caso de que las vías anteriores no sean accesibles en el momento de la consulta, se puede solicitar la documentación deseada al correo del Departamento de Nutrición donde, con la mayor brevedad posible, se les facilitará.

El correo es el siguiente: nutricion@cateringgonzalez.com



Sin más que añadir, quedamos a vuestra disposición para lo que necesiten y aprovechamos la ocasión para enviarles un cordial saludo.

Restauración y Catering Hermanos González