

## ABRIL 2017

C O M I D A	LUNES 3 593 KCAL P:19.5,H:69.9,L:24.1 Crema de Calabacín (calabacín, cebolla, patata) Frankfurt con Ensalada de Lechuga y Palitos de Mar Fruta de Temporada. Pan	MARTES 4 643 KCAL P:41.7,H:65.3,L:20.6 Potaje (garbanzos, espinacas) Pollo al Ajillo con Patatas asadas Fruta de temporada. Pan	MIÉRCOLES 5 775 KCAL P:24.9,H:83.5,L: 36.3 Sopa de Pescado (caldo casero pescado, pasta) Pizza de York y Queso con Ensalada de Lechuga y Aceitunas Postre Lácteo. Pan	JUEVES 6 750 KCAL P:25,H:110,L:21.5 Arroz a la Cubana (arroz, tomate, huevo) Varitas de Merluza con Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada. Pan	VIERNES 7 651 KCAL P:23.4,H:85,L:22 Tornillos con Atún, Tomate y Queso Tortilla de Patatas con Ensalada de Lechuga y zanahoria Fruta de Temporada. Pan
CENA	Verduras salteadas con arroz integral. Pescado azul. Fruta de Temporada. Pan	Ensalada con cuscús. Huevo. Fruta de Temporada. Pan	Verduras al horno. Pescado blanco. Fruta de Temporada. Pan	Verduras salteadas. Carne de conejo. Fruta de Temporada. Pan	Hummus de alubias con pan y palitos de verduras. Fruta de Temporada.
C O M I D A	LUNES 10 616 KCAL P:37.6,H:57.6,L:22.7 Lentejas (lenteja, huesos ternera) Hamburguesa con Ensalada de Lechuga y huevo Fruta de temporada. Pan	MARTES 11 649 KCAL P:39.7,H:71.5,L:19.4 Sopa de Cocido (caldo casero cocido, pasta) Ensalada de Lechuga y Palitos de Mar Cocido (pelota, garbanzos, patata) Fruta de temporada. Pan	MIÉRCOLES 12 643 KCAL P:17.8,H:91.5,L:21.9 Jamón Serrano con Ensalada de Lechuga y Piña Paella (arroz, pollo, judía verde) POSTRE ESPECIAL PASCUA Mona y Chocolatina		
CENA	Verduras en puré. Pescado blanco. Fruta de Temporada. Pan	Huevos al plato. Fruta de Temporada. Pan	Verduras a la plancha. Pescado azul. Fruta de Temporada. Pan		
C O M I D A					
CENA					
C O M I D A		MARTES 25 579 KCAL P:27.1,H:79.3,L:19.5 Espaguetis con Tomate y Queso Croquetas de Bacalao con Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada. Pan.	MIÉRCOLES 26 521 KCAL P:22.8,H:56.8,L:22.1 Patatas a la Riojana (chistorra, patata) Tilapia al horno con Ensalada de Lechuga y Zanahoria Postre Lácteo. Pan.	JUEVES 27 716 KCAL P:41.1,H:103,L:11.3 Potaje (garbanzos, espinacas) Albóndigas de Magro con salsa de Verduras Fruta de Temporada. Pan	VIERNES 28 629 KCAL P:23,H:86.1,L:19.4 Fideuá (caldo casero pescado, pasta, mejillón) Tortilla de Patatas con Ensalada de Lechuga y Aceitunas Fruta de Temporada. Pan.
CENA		Verduras en puré. Huevo. Fruta de Temporada. Pan	Verduras salteadas. Carne de conejo. Fruta de Temporada. Pan	Ensalada con arroz integral. Huevo. Fruta de Temporada. Pan	Verduras al horno. Carne de ave. Fruta de Temporada. Pan

### Ingesta total de nutrientes promedio diaria (para grupo de edad 6-9 años)

P (g): 29.6 HC (g): 76.7; Fibra vegetal (G): 10.3; Grasa total (G): 22.8; Calcio: (mg): 184; Hierro (mg): 5; Vit. B1 (mg): 0.48; Vit. B2 (mg): 0.38; Vit. B6 (mg): 0.86; Vit. C (mg): 36.4

**ESTE MENU NO ES APTO PARA PERSONAS QUE PADECEN ALÉRGICAS O INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS. EN CASO DE NECESITAR MENU ESPECIAL SOLICITELO AL CENTRO APORTANDO CERTIFICADO MÉDICO. SEGÚN LO ESTABLECIDO EN EL REGLAMENTO UE 1169 A PETICION DEL PADRE O TUTOR LEGAL JUCAIS FACILITARÁ LOS ALERGENOS PRESENTES EN EL MENÚ**



**LÁVATE LOS DIENTES  
DESPUES DE COMER  
LAVA' T LES DENT'S  
DESPRES DE MENJAR**

**RECETA DE CUENTO:  
EL LOBO Y LOS SIETE  
CABRITILLOS**

**CREMA DE REQUESÓN DE LECHE  
DE CABRA**

Ingredientes (para 4 personas):

1 tarrina de requesón de leche de cabra de 300 gramos.  
100 mililitros de agua mineral aproximadamente.  
2 - 3 cucharadas soperas de azúcar glacé.  
Canela molida o cacao puro en polvo para espolvorear.  
Mini galletas para decorar.  
Preparación:  
Ponemos en el vaso de la batidora el requesón, un poco de agua y el azúcar glacé, trituramos y vamos añadiendo el agua poco a poco, según veamos la consistencia que va adquiriendo la crema, batimos el tiempo suficiente para que quede cremosa y servimos en cuencos individuales, guardamos en el frigorífico hasta el momento de servir.  
Tomar la crema de requesón muy fría, con un poco de canela molida espolvoreada por encima y decorada con 2 - 3 mini galletas.

 **Jucáis**  
BANQUETES / CATERING

C/ Lope de Vega, 4 · 46250 L'Alcúdia (València)  
Tels. 96 254 08 24 · Fax 96 254 18 22  
info@salajucais.com · [www.salajucais.com](http://www.salajucais.com)