

Menú de: JUNIO 2024 Sin gluten



Lunes

3 Kcal 730 HC 94 Lip 27 Prot 27

Sopa de Fideos (s/g)
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla
Fruta de temporada



Martes

4 Kcal 634 HC 91 Lip 18 Prot 27

Arroz blanco con tomate frito
Hamburguesa de vacuno a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Yogurt

Miércoles

5 Kcal 718 HC 99 Lip 21 Prot 30

Garbanzos jardinera (hasta 3º de prim)
Ensalada de garbanzos (tomate, maíz)
Parmentier con boloñesa
Fruta de temporada

Jueves

6 Kcal 598 HC 70 Lip 23 Prot 27

Crema de zanahoria natural (hasta 3º de prim) / Gazpacho
Magro de cerdo estofado al estilo tradicional
Patatas asadas
Fruta de temporada

Viernes

7 Kcal 660 HC 94 Lip 20 Prot 27

Macarrones s/g con tomate hasta 3º
Ensalada de pasta s/g (aceitunas, jamón york y maíz)
Suprema de merluza a la gallega
Salteado bicolor
Yogurt (hasta 5 años) / Flas

10 Kcal 558 HC 58 Lip 23 Prot 29

Brócoli rehogado con ajito y cebolla pochada
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras
Patatas fritas.
Fruta de temporada

11 Kcal 715 HC 101 Lip 23 Prot 26

Espirales s/g con tomate (hasta 3º de prim)
Ensalada de pasta s/g (aceitunas, jamón york y maíz)
Huevos al plato
Natillas

12 Kcal 610 HC 77 Lip 22 Prot 26

Vichyssoise
Cuarto trasero de pollo asado con miel, romero y limón
Arroz blanco
Fruta de temporada

13 Kcal 763 HC 84 Lip 33 Prot 32

Alubias blancas estofadas al estilo tradicional (hasta 3º de prim)
Fingers de pollo s/g
Ensalada lechuga y tomate
Fruta de temporada

14 Kcal 695 HC 95 Lip 21 Prot 30

Arroz con tomate (hasta tercero)
Ensalada de arroz (aceituna, maíz y tomate)
Salmón en salsa de naranja
Menestra
Yogurt (hasta 5 años) / Flas

17 Kcal 607 HC 92 Lip 12 Prot 32

Macarrones s/g con tomate (hasta 3º de prim)
Ensalada de pasta s/g (aceitunas, jamón york y maíz)
Pez San Pedro al horno con ajo y perejil
Ensalada lechuga y remolacha
Fruta de temporada

18 Kcal 598 HC 79 Lip 24 Prot 14

Crema de calabaza natural (hasta 3º)
Salmorejo
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

19 Kcal 693 HC 83 Lip 23 Prot 36

Garbanzos jardinera (hasta 3º de prim)
Ensalada de garbanzos (tomate, maíz)
Solomillo de pollo (churrasquitos)
Patatas asadas
Helado

20 Kcal 687 HC 96 Lip 20 Prot 29

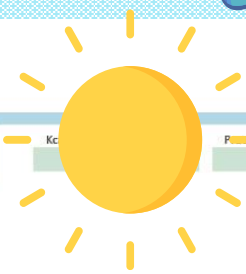
Arroz blanco con tomate frito
Caldera de cerdo Duroc en salsa especiada y orégano
Salteado bicolor
Fruta de temporada

21 Kcal 640 HC 83 Lip 21 Prot 24

Crema verduras (nido e infantil)
Panini de jamón york (pan s/g)
Patatas fritas
Yogurt (hasta 5 años) / Flas



VACACIONES DE VERANO



OBJETIVO DEL MES: ME LAVO LAS MANOS ANTES DE COMER

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Documento de Consenso sobre Alimentación en los Centros Educativos de ámbito nacional

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.