

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

**MES:** Junio 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
					<b>1</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>2</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>3</b> Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en salsa con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>4</b> Arroz a la cubana Rabas de calamar con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>5</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>6</b> Salteado de judías verdes con patatas Tortilla francesa Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	<b>7</b> Macarrones a la carbonara Croquetas de bacalao Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	<b>8</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	<b>9</b> 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	VE: 3467/829 GT: 31 GS: 6 HC: 104 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 1
<b>10</b> Crema de verduras Revuelto de jamón york y queso con ensalada Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta	<b>11</b> Brócoli gratinado Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>12</b> Sopa de fideos Lomo a la plancha Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>13</b> Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas Helado y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>14</b> Espaguetis a la napolitana Filete de abadejo en tempura con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	<b>15</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>16</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 3061/732 GT: 24 GS: 6 HC: 96 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 1
<b>17</b> Lentejas estofadas con chorizo Tortilla francesa con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	<b>18</b> Espaguetis a la boloñesa con atún Pechuga de pollo al horno Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>19</b> Crema de verduras Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>20</b> Sopa de ave Delicias de bacalao con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	<b>21</b> Arroz a la cubana Pizza con ensalada Helado y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	<b>22</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	<b>23</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	VE: 3346/800 GT: 32 GS: 8 HC: 102 AZ: 18 PROT: 40 SAL: 2
<b>24</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	<b>25</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>26</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	<b>27</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	<b>28</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>29</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	<b>30</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses