

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2024

- Nombre del Colegio -

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