



Menú:

SIN HUEVO

Mes:

JUNIO 1S (01/06 al 04/06)



menja sa

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	Pasta con tomate y queso Pollo a la plancha Champiñón salteado Mandarinas	Judías blancas estofadas Pavo al limón Menestra de verduras Plátano	Crema de calabacín Hamburguesa casera Ensalada de lechuga y maíz Yogur de sabores o manzana	Arroz con tomate Lomo al ajillo Ensalada de tomate Pera
	609.1 Kcal 65.4 g Hidratos de carbono 28.2 g Proteína 26 g Lípidos	723.7 Kcal 63 g Hidratos de carbono 46.8 g Proteína 31.6 g Lípidos	691 Kcal 37.6 g Hidratos de carbono 24.9 g Proteína 48.9 g Lípidos	628.7 Kcal 86.6 g Hidratos de carbono 26.6 g Proteína 32.6 g Lípidos

Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el lácteo voluntario ni el pan.
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú)
La fruta es obligatoria, el lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar



Menú: SIN HUEVO
Mes: JUNIO 2S (7/06 al 11/06)

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Patatas guisadas con pollo Hamburguesa casera Menestra de verduras Pera	Puré de verduras Escalope de pollo empanado casero sin huevo Patatas al horno Plátano	Arroz con tomate Merluza a la romana empanado casero sin huevo Ensalada de lechuga y olivas Mandarinas	Pasta con tomate Filete de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Manzana	Lentejas estofadas Pavo a la plancha Champiñón salteado Mandarinas
797.9 Kcal 51.1 g Hidratos de carbono 30 g Proteínas 52.5 g Lípidos	655.6 Kcal 59 g Hidratos de carbono 21.2 g Proteína 37.1 g Lípidos	771.5 Kcal 89.3 g Hidratos de carbono 24.6 g Proteína 34.9 g Lípidos	686 Kcal 71.5 g Hidratos de carbono 30.1 g Proteína 31 g Lípidos	644.2 Kcal 49.8 g Hidratos de carbono 45.3 g Proteína 31.5 g Lípidos

Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el lácteo voluntario ni el pan.
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú)
La fruta es obligatoria. El lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar



Menú:

SIN HUEVO

Mes:

JUNIO 3S (14/06 al 18/06)



menja sa

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Crema de puerros Albóndigas de ternera caseras en salsa Arroz blanco Manzana	Pasta con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur de sabores o Pera	Sopa de pasta Cocido completo Ensalada de tomate Mandarinas	Arroz con tomate Pollo asado Champiñón salteado Plátano	Puré de calabaza y zanahoria Limanda a la andaluza empanado casero Ensalada de lechuga y olivas Pera
766.8 Kcal 73 g Hidratos de carbono 23.3 g Proteína 42.4 g Lípidos	608.8 Kcal 68.3 g Hidratos de carbono 27.6 g Proteína 24.8 g Lípidos	692.9 Kcal 73.7 g Hidratos de carbono 36.9 g Proteína 27.8 g Lípidos	686.1 Kcal 84.7 g Hidratos de carbono 21.5 g Proteína 29 g Lípidos	593.5 Kcal 46.7 g Hidratos de carbono 18.3 g Proteína 36.3 g Lípidos

Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el lácteo ni el pan.
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú)
La fruta es obligatoria. El lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar



Menú: SIN HUEVO
Mes: JUNIO 4S (21/06 al 25/06)

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Arroz con tomate Ragout de pavo Ensalada de lechuga y maíz Manzana	Puré de verduras Pizza de bacon y York Ensalada de tomate Helado	Crema de calabacín Magro de cerdo con tomate Dados de patata frita Plátano	Lentejas estofadas Pollo a la plancha Ensalada de lechuga y olivas Pera	Pasta con tomate y queso Merluza a la andaluza empanado casero Champiñón salteado Mandarinas
631.7 Kcal 73.4 g Hidrato de carbono 28.4 g Proteína 24.9 g Lípidos	782.3 Kcal 84.7 g Hidrato de carbono 22.7 g Proteína 39.1 g Lípidos	661.1 Kcal 37.8 g Hidratos de carbono 24.4 g Proteína 45.7 g Lípidos	717.3 Kcal 52.8 g Hidratos de carbono 39.1 g Proteína 38 g Lípidos	674.2 Kcal 81.5 g Hidrato de carbono 26.8 g Proteína 26.7 g Lípidos

Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el lácteo ni el pan.
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú)
La fruta es obligatoria. El lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar.