



Menú: SIN PESCADO
Mes: JUNIO 1S (01/06 al 04/06)

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 Tortilla de patata 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	616 Kcal 42.7 g Hidratos de carbono 18.3 g Proteína 41.2 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 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 PESCADO
Mes: JUNIO 2S (7/06 al 11/06)

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Patatas guisadas con pollo</p> <p>Hamburguesa casera</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Pera</p>	<p>Puré de verduras</p> <p>Escalope de pollo casero con guarnición de patatas al horno</p> <p>Plátano</p>	<p>Arroz con tomate</p> <p>Lomo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y olivas</p> <p>Yogur sabores</p>	<p>Pasta con tomate</p> <p>Tortilla de york y queso con</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Manzana</p>	<p>Lentejas estofadas</p> <p>Pavo a la plancha</p> <p>Champiñón salteado</p> <p>Mandarinas</p>
<p>797.9 Kcal</p> <p>51.1 g Hidratos de carbono</p> <p>30 g Proteínas</p> <p>52.5 g Lípidos</p>	<p>655.6 Kcal</p> <p>59 g Hidratos de carbono</p> <p>21.2 g Proteína</p> <p>37.1 g Lípidos</p>	<p>674.9 Kcal</p> <p>72.4 g Hidratos de carbono</p> <p>31.8 g Proteína</p> <p>31.2 g Lípidos</p>	<p>607.2 Kcal</p> <p>64.3 g Hidratos de carbono</p> <p>22.5 g Proteína</p> <p>52.5 g Lípidos</p>	<p>644.2 Kcal</p> <p>49.8 g Hidratos de carbono</p> <p>45.3 g Proteína</p> <p>31.5 g Lípidos</p>

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 PESCADO
Mes: JUNIO 3S (14/06 al 18/06)

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Crema de puerros Albóndigas de ternera caseras en salsa Arroz blanco Manzana</p>	<p>Pasta con tomate Pavo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Yogur de sabores o Pera</p>	<p>Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de tomate Mandarinas</p>	<p>Arroz con tomate Pollo asado Champiñón salteado Plátano</p>	<p>Puré de calabaza y zanahoria Lomo a la plancha Ensalada de lechuga y olivas Pera</p>
<p>766.8 Kcal 73 g Hidratos de carbono 23.3 g Proteína 42.4 g Lípidos</p>	<p>672.2 Kcal 68.3 g Hidratos de carbono 37 g Proteína 27.8 g Lípidos</p>	<p>692.96 Kcal 73.7 g Hidratos de carbono 36.9 g Proteína 27.8 g Lípidos</p>	<p>686.1 Kcal 84.7 g Hidratos de carbono 21.5 g Proteína 29 g Lípidos</p>	<p>610 Kcal 29.2 g Hidratos de carbono 27.6 g Proteína 31.2 g Lípidos</p>

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.



ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Arroz con tomate</p> <p>Ragout de pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Manzana</p>	<p>Puré de verduras</p> <p>Pizza de bacon y York</p> <p>Ensalada de tomate</p> <p>Helado</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Magro de cerdo con tomate</p> <p>Dados de patata frita</p> <p>Plátano</p>	<p>Lentejas estofadas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Ensalada de lechuga y olivas</p> <p>Pera</p>	<p>Pasta con tomate y queso</p> <p>Pollo a la plancha</p> <p>Champiñón salteado</p> <p>Mandarinas</p>
<p>631.7 Kcal</p> <p>73.4 g Hidrato de carbono</p> <p>28.4 g Proteína</p> <p>24.9 g Lípidos</p>	<p>782.3 Kcal</p> <p>84.7 g Hidrato de carbono</p> <p>22.7 g Proteína</p> <p>39.1 g Lípidos</p>	<p>661.1 Kcal</p> <p>37.8 g Hidratos de carbono</p> <p>24.4 g Proteína</p> <p>45.7 g Lípidos</p>	<p>811.3 Kcal</p> <p>70.3 g Hidratos de carbono</p> <p>32.7 g Proteína</p> <p>44.1 g Lípidos</p>	<p>607 Kcal</p> <p>57.9 g Hidrato de carbono</p> <p>34.8 g Proteína</p> <p>26.2 g Lípidos</p>

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.