



MENÚ

MENU BASAL

JUNIO

Lunes	3 Martes	4 Miércoles	5 Jueves	6 Viernes	7
SOPA DE PESCADO CON ARROZ (4)	PURE DE ESPINACAS	SOPA DOMINGUERA CON FIDEOS Y GARBANZOS (1)	LENTEJAS COMPUESTAS	PURE DE CALABAZA	
POLLO EN ADOBO (6)	PAELLA DE CARNE	CORDON BLEU (1, 3, 7)	PESCADO AL HORNO (4)	HAMBURGUESAS CON TOMATE (1,6,7,12)	
PAPAS ENCEBOLLADAS	YOGUR (7)	ENSALADA CAMPERA	PAPAS CON MOJO ROJO	ARROZ BLANCO	
FRUTA	PAN BLANCO (1)	PLÁTANO ECOLÓGICO	FRUTA	HELADO (7)	
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)	
538 Kcal	807 Kcal	783 Kcal	588 Kcal	603 Kcal	
HC 60 L 13 P 42	HC 64 L 29 P 10	HC 120 L 20 P 21	HC 75 L 22 P 55	HC 62 L 15 P 28	

Lunes	10 Martes	11 Miércoles	12 Jueves	13 Viernes	14
PURE DE VERDURAS	RANCHO CANARIO DE JUDIAS (1)	SOPA MARINERA (4)	PURE DE ZANAHORIA	CREMA DE CALABACIN	
FILETES DE CERDO	VARITAS DE MERLUZA (1, 3, 4, 7)	POLLO A LA RIOJANA (12)	TORTILLA ESPAÑOLA (3)	PASTA CONCHA CON TOMATE Y SALCHICHAS (1, 7)	
PAPAS CON MOJO CILANTRO	ENSALADA VARIADA	PAPAS BRAVAS	ENSALADA DE LA HUERTA	HELADO (7)	
FRUTA	YOGUR (7)	PLÁTANO ECOLÓGICO	FRUTA	PAN BLANCO (1)	
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)	
658 Kcal	665 Kcal	715 Kcal	721 Kcal	721 Kcal	
HC 53 L 18 P 43	HC 59 L 25 P 50	HC 95 L 13 P 18	HC 57 L 27 P 17	HC 57 L 27 P 17	

Lunes	17 Martes	18 Miércoles	19 Jueves	20 Viernes	21
SOPA DE AVE (1)	LENTEJAS COMPUESTAS	SOPA DOMINGUERA CON FIDEOS Y GARBANZOS (1)	CREMA DE CALABAZA	PURE DE VERDURAS	
LOMO ADOBADO	CHIPIRONES A LA ANDALUZA (1, 4, 14)	FRICADELLE EN SALSA (1,6,12)	LASAÑA BOLOÑESA (1, 3, 6, 7)	NUGGETS (1, 3, 7)	
PAPAS DOLLAR	ENSALADA VARIADA	ARROZ BLANCO		ENSALADA CAMPERA	
FRUTA	YOGUR (7)	PLÁTANO ECOLÓGICO	FRUTA	HELADO (7)	
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)	
666 Kcal	939Kcal	737 Kcal	819 Kcal	630 Kcal	
HC 77 L 32 P 36	136CH 25L 26P	HC 69 L 33 P 55	115CH 27L 28P	HC 66 L 20 P 10	

Lunes	24 Martes	25 Miércoles	26 Jueves	27 Viernes	28

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes

** INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN LA TRASERA DEL MENÚ.

Los pescados que empleamos son: caribnero, merluza, atún y abadejo.

La fruta puede variar en función del punto de madurez.

Menús elaborados y revisados por nuestro equipo de Diplomados en Nutrición Humana y Dietética.

En cumplimiento con la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición y con el Reglamento UE 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, el centro educativo tiene acceso a la descripción completa de ingredientes utilizados y alérgenos que pueda contener cada plato del menú.

Solicite más información a su centro educativo.

