

DESAYUNOS

Leche y cacao^{6,7} / Zumos de frutas/ Cereales varios^{1,7,5,6,8,11} / Tostadas^{1,6} / Aceite de oliva/ Mantequilla³ / Mermelada

easy & good.

MENÚ JUNIO 2017

VERANO



JUEVES 1	VIERNES 2			
<p>CREMA DE VERDURAS (CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> ***</p> <p>LOMO DE CERDO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA LECHUGA Y TOMATE <i>Grilled loin with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 836,37 - Prot: 32,08 gr HDC: 104,03 gr. - Lip: 32,44 gr.</p>	<p>COCIDO COMPLETO SOPA CON ESTRELLITAS^{1,3,6,7} <i>Stew soup with noodles</i> ***</p> <p>GARBANZOS, ZANAH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</p> <p>REPOLLO REHOGADO <i>Chickpeas, potatoe, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Yogur⁷/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 776 - Prot: 37,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.</p>			
JUEVES 8	VIERNES 9			
<p>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES^{1,6} (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i> ***</p> <p>GUISO DE ALBÓNDIGAS TERNERA^{1,6} MENESTRA (ZANH., GUISANTE, J. VERDE) <i>Baked meatballs with potatoe</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 810,17 - Prot: 30,90 gr HDC: 90,14 gr. - Lip: 36,22 gr.</p>	<p>JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS (PATATA, ZANAHORIA, TOMATE) <i>Stew beans with vegetables</i> ***</p> <p>CAZUELA DE MERLUZA SALSA VERDE^{1,4,11} (HARINA, PEREJIL, AJO) <i>Baked hake with vegetables sauce</i> Agua/Yogur⁷/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 811,78 - Prot: 51,15 gr HDC: 94,04 gr. - Lip: 25,67 gr.</p>			
LUNES 5*	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 15	VIERNES 16*
<p>ARROZ CALDOSO CON MAGRO Y VERDURAS (ZANAH., TOMATE, CEBOLLA) <i>Rice with vegetables and meat</i> ***</p> <p>PALOMETA A LA ROMANA^{1,2,4,11,14} ENSALADA LECHUGA Y TOMATE <i>Breaded fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 831,32 - Prot: 45,94 gr HDC: 105,21 gr. - Lip: 25,19 gr.</p>	<p>PASTA CON VERDURAS/ TOMATE CASERO^{1,3} (CEBOLLA, AJO) <i>Pasta with tomato sauce</i> ***</p> <p>TORTILLA FRANCESA³ TOMATE ALIÑADO <i>Omelette with tomato salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 849,60 - Prot: 45,61 gr HDC: 105,60 gr. - Lip: 27,20 gr.</p>	<p>COCIDO COMPLETO SOPA CON FIDEOS^{1,3,6,7} <i>Stew soup with noodles</i> ***</p> <p>GARBANZOS, ZANAH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</p> <p>REPOLLO REHOGADO <i>Chickpeas, potatoe, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 776 - Prot: 37,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.</p>	<p>FIESTA</p>	<p>ARROZ CALDOSO MARINERO^{2,4,14} (CALAMAR, CEBOLLA, P.VERDE, TOMATE) <i>Stew rice with squid and fish</i> ***</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO ASADOS</p> <p>PATATAS ASADAS <i>Baked chicken with potatoes</i> Agua/Yogur⁷/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 836,37 - Prot: 32,08 gr HDC: 104,03 gr. - Lip: 32,44 gr.</p>
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 22	VIERNES 23
<p>LENTEJAS A LA JARDINERA (TOMATE, PATATA, ZANAH, P.VERDE) <i>Stew lentils with vegetables</i> ***</p> <p>TORTILLA DE JAMON YORK³</p> <p>ENSALADA LECHUGA Y TOMATE <i>Ham omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 783,62 - Prot: 35,51 gr HDC: 97,50 gr. - Lip: 27,95 gr.</p>	<p>PASTA CON VERDURAS/ TOMATE CASERO Y ATÚN (CEBOLLA, AJO)^{1,2,3,4,14} <i>Pasta with tuna and tomato sauce</i> ***</p> <p>SARDINAS ENHARINADAS^{1,2,4,11,4}</p> <p>MENESTRA (ZANH., GUISANTE, J. VERDE) <i>Breaded fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 776 - Prot: 37,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.</p>	<p>COCIDO COMPLETO SOPA CON LLUVIA^{1,3,6,7} <i>Stew soup with noodles</i> ***</p> <p>GARBANZOS, ZANAH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</p> <p>ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA <i>Chickpeas, potatoe, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 776 - Prot: 37,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> ***</p> <p>PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO^{1,7} <i>Ham and cheese pizza</i> Agua/Natillas de chocolate^{6,7}/Fruta/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Natillas/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 826,89 - Prot: 51,51 gr HDC: 94,94 gr. - Lip: 26,79 gr.</p>	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
<p>LENTEJAS CON VERDURAS (TOMATE, PATATA, ZANAH, P.VERDE) <i>Stew lentils with vegetables</i> ***</p> <p>EMPANADILLAS HORNO DE ATÚN^{1,2,3,4,6,7,9,10,14}</p> <p>BASTONCITOS DE ZANAHORIA <i>Tuna patty with carrot</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 773,57 - Prot: 35,67 gr HDC: 99,25 gr. - Lip: 25,99 gr.</p>	<p>SOPA DE MERLUZA CON FIDEOS^{1,2,3,4,14} (AJO, TOMATE, MERLUZA) <i>Fish soup with noodles</i> ***</p> <p>TORTILLA DE PATATAS³</p> <p>ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 830,82 - Prot: 27,68 gr HDC: 117 gr. - Lip: 28,01 gr.</p>	<p>ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE CASERO <i>Rice with tomato suace</i> ***</p> <p>MERLUZA SALSA VERDE^{1,4,11}</p> <p>MENESTRA (ZANH., GUISANTE, J. VERDE) <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 821,37 - Prot: 32,69 gr HDC: 115 gr. - Lip: 25,62 gr.</p>	<p>COCIDO COMPLETO SOPA CON FIDEOS^{1,3,6,7} <i>Stew soup with noodles</i> ***</p> <p>GARBANZOS, ZANAH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</p> <p>ENSALADA LECHUGA Y TOMATE <i>Chickpeas, potatoe, carrot, ham, chicken, sausage</i> Agua/Fruta de temporada/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 776 - Prot: 37,70 gr HDC: 110 gr. - Lip: 29,20 gr.</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> ***</p> <p>PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO^{1,7} <i>Ham and cheese pizza</i> Agua/Natillas de chocolate^{6,7}/Fruta/Pan^{1,6}/Leche⁷ Water/Natillas/Seasonal fruit/Bread/Milk Kcal: 826,89 - Prot: 51,51 gr HDC: 94,94 gr. - Lip: 26,79 gr.</p>

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

¹Cereales que contengan gluten, ²Crustáceos, ³Huevos, ⁴Pescado, ⁵Cacahuets, ⁶Soja, ⁷Leche, ⁸Frutos de cáscara, ⁹Apio, ¹⁰Mostaza, ¹¹Granos sésamo, ¹²Dióxido de azufre, ¹³Altramuces, ¹⁴Moluscos

* Provincia apertura centro según calendario escolar