

No Carne

MES: Junio 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>2</p> <p>Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan</p> <p>VE:3.118/746 GT:35 GS:6 HC:110 AZ:36 PROT:42 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Patatas estofadas con verduras Filete de lenguadina a la plancha con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan</p> <p>VE:3.043/728 GT:15 GS:2 HC:99 AZ:29 PROT:40 SAL:2</p>	<p>5</p> <p>- Alubias estofadas con calabaza Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.189/763 GT:19 GS:5 HC:67 AZ:14 PROT:38 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>Espaguetis integrales (eco.) con salsa de zanahoria Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:3 HC:112 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>
<p>9</p> <p>Crema de puerros con manzana Filete de merluza al horno con refrito de ajo y balsámico con patatas dado asadas con ajo y romero Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:18 GS:1 HC:91 AZ:27 PROT:32 SAL:3</p>	<p>10</p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>11</p> <p>Sopa de fideos Abadejo al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan</p> <p>VE:3.319/794 GT:17 GS:5 HC:82 AZ:30 PROT:34 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Brócoli salteado fresco (eco.) con patatas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:28 GS:6 HC:60 AZ:11 PROT:49 SAL:2</p>	<p>13</p> <p>Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:36 GS:4 HC:112 AZ:34 PROT:51 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Sopa marinera de pescado y fideos Abadejo al horno Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:80 AZ:28 PROT:34 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Trinchado de coliflor fresca y patata con refrito de ajo Filete de merluza al horno con patatas dado asadas con ajo y romero Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.269/782 GT:62 GS:7 HC:62 AZ:14 PROT:25 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>FIN DE CURSO Macarrones gratinados Tortilla francesa con patatas fritas Helado y pan</p> <p>VE:3.173/759 GT:16 GS:4 HC:87 AZ:34 PROT:30 SAL:1</p>
<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>
<p>30</p>				<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>