

ESTOS SON LOS MENÚS QUE SERVIREMOS A SU HIJO EN EL MES DE JUNIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
			<ul style="list-style-type: none"> Ensalada campera con atún San Jacobos con ensalada Fruta del tiempo, gelatina de piña Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 704 P: 27,8 H: 72 L: 31,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Ragut de pavo con salsa de verduras Fruta del tiempo, tarta de manzana Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 637 P: 24,8 H: 92 L: 17,5</p>
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
<ul style="list-style-type: none"> Judías verdes rehogadas Salchichas con patatas y tomate Fruta del tiempo, mouse de chocolate Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 523 P: 15,5 H: 58,5 L: 23,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta con pollo Pescado al horno con ensalada Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 512 P: 15,7 H: 74,1 L: 15,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Fideuá Escalopines con ensalada Fruta del tiempo, natillas Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 862 P: 49,2 H: 94,1 L: 30,3</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo Fruta del tiempo, leche frita Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 628 P: 28,1 H: 75 L: 21,3</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensaladilla rusa Albóndigas con panaché de verduras Fruta del tiempo, helado Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 631 P: 28,3 H: 60,9 L: 28,4</p>
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
<ul style="list-style-type: none"> Lentejas con chorizo Cinta de lomo con ensalada Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 770 P: 39,5 H: 68,8 L: 34,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz a la milanesa Fritura de pescado variada con ensalada Fruta del tiempo, gelatina de naranja Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 752 P: 24,5 H: 91,2 L: 30,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Patatas con costillas San Jacobos con ensalada Fruta del tiempo, postre cremoso Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 596 P: 21,2 H: 68,7 L: 24,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín Tortilla española con ensalada Fruta del tiempo, flan al caramelo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 606 P: 19,4 H: 68,3 L: 26,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta Pollo asado con patatas Fruta del tiempo, yogur Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 869 P: 46,6 H: 75,6 L: 40,2</p>
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES
<ul style="list-style-type: none"> Macarrones a la boloñesa Empanadillas de bonito con ensalada Fruta del tiempo, mousse de chocolate Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 601 P: 16,4 H: 68,6 L: 27,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verduras Albóndigas con patatas Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 545 P: 22,3 H: 62,7 L: 21</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Tortilla de jamón con ensalada Fruta del tiempo, natillas Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 744 P: 25,9 H: 76,6 L: 35,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada campera Escalopines con ensalada Fruta del tiempo, helado Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 864 P: 35,4 H: 72,2 L: 46</p>	
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>Menú revisado por: Elisabet Tovar Charneca Dietista-Nutricionista Nº As. 345</p> <p><i>Existe a su disposición información sobre las sustancias causantes de alergias e intolerancias alimentarias, conforme al Reglamento nº1169/2011.</i></p>

Kcal: kilocalorías / P: proteínas / H: hidratos de carbono / L: lípidos

NOTA: Primero y segundo plato se pueden repetir. Los niños pequeños pueden disponer de un puré variado diario de verduras, patatas y legumbres en sustitución del primer plato.