

C. FUENLLANA (INFANTIL-1º 2º PRIMARIA)

Junio - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

6

1

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

721 Kcal. P.: 23 HC.: 35 L.: 39 G.: 10

PURÉ DE VERDURAS
VEGETABLE PURÉE
POLLO (CONTRAMUSLO) AL LIMÓN
LEMON CHICKEN
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

750 Kcal. P.: 14 HC.: 52 L.: 32 G.: 8

MACARRONES CON TOMATE
MACARONI WITH TOMATO SAUCE
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO
HAKE MEATBALLS WITH TOMATO AND OREGANO SAUCE
PATATAS DADO
DICED POTATOES
HELADO
ICE CREAM

759 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 33 G.: 7

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUIANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)
RAGOUT DE CERDO ESTOFADO
PORK RAGOUT
TOMATE CON ORÉGANO
TOMATO AND OREGANO
FRUTA
FRUIT

644 Kcal. P.: 11 HC.: 38 L.: 48 G.: 9

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT
FRUTA
FRUIT

965 Kcal. P.: 14 HC.: 33 L.: 52 G.: 17

ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA CON TOMATE
SPAGHETTI NAPOLITANA
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN SLICES
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
HELADO
ICE CREAM

595 Kcal. P.: 26 HC.: 37 L.: 35 G.: 10

SOPA DE FIDEOS
NOODLES SOUP
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON MANZANA
CHICKEN ROASTED PROVENÇAL WITH APPLE
FRUTA
FRUIT

770 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 36 G.: 7

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
FILETE DE ABADJO A LA ANDALUZA
ANDALUSIAN STYLE FISH FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

741 Kcal. P.: 9 HC.: 46 L.: 41 G.: 6

CREMA DE LEGUMBRES
BEAN SOUP
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
LETTUCE AND RED PEPPER
FRUTA
FRUIT

607 Kcal. P.: 25 HC.: 28 L.: 44 G.: 11

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)
CREAM OF TRICOLOR VEGETABLES SOUP
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
ROAST CHICKEN WITH ROSEMARY
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

866 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 42 G.: 10

MACARRONES CON TOMATE
MACARONI WITH TOMATO SAUCE
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
HELADO
ICE CREAM

572 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 44 G.: 13

CREMA DE CALABACÍN
CREAM OF COURGETTE SOUP
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
MEATBALLS WITH VEGETABLES
FRUTA
FRUIT

766 Kcal. P.: 18 HC.: 33 L.: 45 G.: 9

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA
GRANNY'S STEWED LENTILS
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
YOGUR
YOGHURT

748 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 38 G.: 11

ARROZ TRES DELICIAS
CHINESE FRIED RICE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
GRILLED PORK CHOPS
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
BEAN SPROUT SALAD
FRUTA
FRUIT

750 Kcal. P.: 12 HC.: 49 L.: 37 G.: 5

CODITOS DE PASTA CON SALSA DE TOMATE
PASTA WITH TOMATO SAUCE
PALITOS DE MERLUZA
FISH STICKS
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

645 Kcal. P.: 26 HC.: 26 L.: 47 G.: 13

CREMA DE CALABAZA
CREAM OF PUMPKIN SOUP
POLLO ASADO CON SALSA BARBACOA
ROAST CHICKEN WITH BARBECUE SAUCE
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD
YOGUR
YOGHURT

741 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 40 G.: 7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION
FRUTA
FRUIT

862 Kcal. P.: 6 HC.: 51 L.: 41 G.: 6

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
SAN JACOBO DE PAVO
TURKEY & CHEESE "SAN JACOBO"
TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

776 Kcal. P.: 12 HC.: 34 L.: 52 G.: 16

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
SOPA DE FIDEOS
NOODLES SOUP
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
GRILLED BEEF BURGER
TOMATE NATURAL
FRESH TOMATO
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
HELADO
ICE CREAM

Aquí se cocina 100% con ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

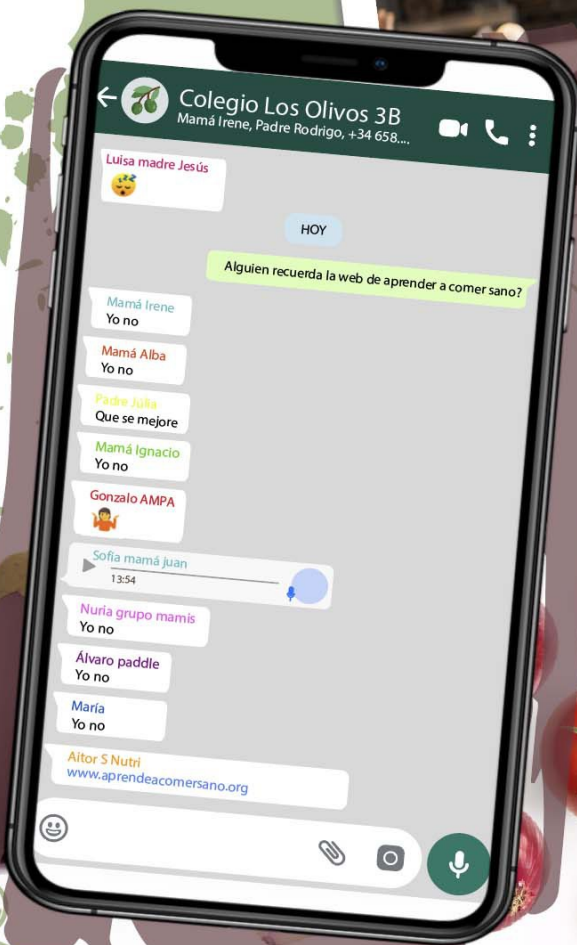
NOTAS: Leyenda: Kcal.: Kiloenergías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

AITOR SANCHEZ



Aprende a comer sano con Aitor Sánchez y Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA Y COMPASS GROUP | SCOLAREST TE OFRECEN UN PROGRAMA PRÁCTICO, PROGRESIVO Y FLEXIBLE PARA TRANSFORMAR TUS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE TODA LA FAMILIA.



SI HEMOS COMIDO:	PODEMOS CENAR:
CEREALES, FÉCULAS O LEGUMBRES	HORTALIZAS CRUDAS O LEGUMBRES COCIDAS
VERDURAS	CEREALES O FÉCULAS
CARNE	PESCADO O HUEVO
PESCADO	CARNE MAGRA O HUEVO
HUEVO	PESCADO O CARNE MAGRA
FRUTA	LÁCTEOS O FRUTA
LÁCTEOS	FRUTA



Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.