

No Carne

MES: Junio 2025 - Nombre del Colegio -

| Lunes                                                                                                                                        | Martes                                                                                                                           | Miércoles                                                                                                                                | Jueves                                                                                                                                  | Viernes                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>Puré de patata, puerro y zanahorias<br>Tortilla francesa con arroz salteado<br>Fruta y pan                                              | 3<br>Paella de verduras<br>Abadejo a la bilbaína con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan integral                        | 4<br>Salteado de menestra de verduras al ajo tostado<br>Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan | 5<br>Alubias estofadas con verduras<br>Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate<br>Yogur y pan integral                   | 6<br>Pasta con salsa de tomate<br>Filete de merluza al horno con guacamole de brócoli<br>Fruta y pan                                                                                                                               |
| 9<br>Salteado de acelgas con patatas<br>Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan | 10<br>Arroz con salsa de tomate<br>Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras<br>Fruta y pan integral | 11<br>Crema de zanahoria con manzana<br>Abadejo al horno con patatas dado<br>Fruta y pan                                                 | 12<br>Pasta integral a la napolitana<br>Frittata de zanahoria y champiñones con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Yogur y pan integral | 13<br>Lentejas estofadas con verduras<br>Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan                                                                                                               |
| 16<br>Sopa de pasta con verduras<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan                                     | 17<br>Arroz hortelano con legumbres con verduras<br>Revuelto de queso con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan integral     | 18<br>Garbanzos estofados<br>Lomos de jurel en salsa de tomate y albahaca con patatas fritas<br>Fruta y pan                              | 19<br>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria<br>Abadejo con pisto<br>Yogur y pan integral                                    | 20<br>FIN DE CURSO<br>Macarrones gratinados<br>Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan                                                                                                       |
| 23                                                                                                                                           | 24                                                                                                                               | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                                                                      | 27                                                                                                                                                                                                                                 |
| 30                                                                                                                                           |                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |                                                                                                                                         | 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 |