

MENÚ JUNIO 2022



LUNES



6

MACARRONES BOLOÑESA (1,3)
VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA (1,2,4,12,13)
NATILLAS (6,7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
732	42	21	92

13

ESPAGUETIS NAPOLITANA (1,3)
RAPE EN SALSA MARINERA (1,2,4,13)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
631	34	17	86

20

COLIFLOR GRATINADA (1,3,7)
LACON AL HORNO CON PATATAS (6)
BATIDO DE YOGUR (7)

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
654	36	23	73

27 CAMPAMENTO DE VERANO

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA CON PATATAS (1,6)
NATILLAS (6,7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
601	20	26	75

MARTES

7 RECETA NUEVA

ESTOFADO DE GARBANZOS MEDITERRANEO
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO (3,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
675	25	25	90

14

JUDIAS VERDES CON PATATAS
ESCALOPE MILANESA CON ENSALADA MIXTA (1,3,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
601	32	21	76

21

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA (1,2,3,4,6,7,8,12,13)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
622	25	17	92

28

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA ROMANA CON ENSALADA MIXTA (1,2,4,12,13)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
632	31	17	89

MIÉRCOLES

1 RECETA NUEVA

GRATEN DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑÓN (1,3,7)
LARDONES DE POLLO A LA CAMPESINA CON PATATAS (1)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
601	31	27	62

8

CREMA DE CALABACIN
LOMO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (6,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
600	30	19	83

15

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURITAS
HUEVOS VILLARROY CON SALSA DE TOMATE (1,3,6,7,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
703	29	23	95

22 MENÚ ESPECIAL

PANINIS DE JAMÓN Y QUESO (1,3,6,7)
LARDONES DE POLLO CON SALSA BARBACOA Y PATATAS (1)
FRUTA DE TEMPORADA O HELADO (6,7)

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
715	29	31	80

29

GARBANZOS CON VERDURITAS
TORTILLA DE ESPAÑOLA CON ENSALADA MIXTA (3,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
700	24	21	109

JUEVES

2

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURITAS
PESCADILLA ORLY CON ENSALADA MIXTA (1,2,4,12,13)
YOGUR (7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
606	46	15	80

9

ARROZ CON TOMATE
GALLO MEUNIERE (1,2,4,13)
YOGUR (7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
633	39	24	70

16

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
FILETES DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO CON PATATAS
YOGUR (7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
629	33	39	43

23

ARROZ CON TOMATE
VENTRESCA CON ENSALADA MIXTA (1,2,4,12,13)
YOGUR (7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
635	37	25	71

30

LACITOS CON QUESO (1,3,7)
DELICIAS DE CALAMAR CON ENSALADA MIXTA (1,2,4,12,13)
YOGUR (7) O FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
647	33	16	94

VIERNES

3

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL (1,6)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
648	22	21	95

10

ENSALADILLA RUSA (3,4,6)
POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
690	25	42	56

17

PAELLA DE VERDURAS Y MAGRO
CROQUETAS CON ENSALADA MIXTA (1,3,6,7,8,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
670	16	15	114

24

SOPA DE CABELLIN CON VERDURITAS (1,3)
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA MIXTA (3,12)
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
624	19	28	75

