

MES: Junio 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>NO LENTEJAS, LTP (NO PRUNACEAS) PELAR Y LAVAR TODA LA FRUTA Y LAS HORTALIZAS</p>			<p>1 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.189/763 GT:24 GS:6 HC:79 AZ:14 PROT:40 SAL:1</p>	<p>2 Pasta con salsa de tomate Taco de calamar en tempura y guacamole de brócoli con ensalada de lechuga Fruta y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:17 GS:22 HC:135 AZ:27 PROT:31 SAL:1</p>
<p>5 Salteado de acelgas con patatas Albóndigas de merluza y pota en salsa con pisto Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:27 GS:3 HC:93 AZ:29 PROT:21 SAL:2</p>	<p>6 Arroz tres delicias Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:26 SAL:2</p>	<p>7 Crema de zanahoria con manzana Pollo asado al romero con patatas dado Fruta y pan</p> <p>VE:3.319/794 GT:32 GS:5 HC:93 AZ:32 PROT:39 SAL:1</p>	<p>8 Espaguetis a la napolitana Frittata de zanahoria y champiñones con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:29 GS:9 HC:96 AZ:15 PROT:36 SAL:2</p>	<p>9 Puré de verduras Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:14 GS:3 HC:109 AZ:26 PROT:40 SAL:1</p>
<p>12 Arroz hortelano con legumbres con verduras Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:18 GS:3 HC:108 AZ:26 PROT:27 SAL:1</p>	<p>13 Garbanzos estofados Medallón de salmón y calabaza al horno con pisto Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:29 GS:3 HC:129 AZ:28 PROT:38 SAL:1</p>	<p>14 Vichyssoise Pollo al chilindrón con ensalada Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:14 GS:5 HC:121 AZ:32 PROT:44 SAL:1</p>	<p>15 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas a la jardinera Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.269/782 GT:25 GS:11 HC:59 AZ:16 PROT:31 SAL:1</p>	<p>16 Macarrones gratinados Fish and chips de lenguadina con ensalada de lechuga Fruta y pan</p> <p>VE:3.173/759 GT:30 GS:5 HC:118 AZ:40 PROT:46 SAL:1</p>
<p>19 Patatas estofadas Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.031/725 GT:17 GS:2 HC:63 AZ:24 PROT:19 SAL:1</p>	<p>20 Fideuá con verduras Hamburguesa mixta con parmentier de espinacas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.168/758 GT:26 GS:5 HC:111 AZ:31 PROT:34 SAL:2</p>	<p>21 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.089/739 GT:21 GS:0 HC:121 AZ:29 PROT:31 SAL:2</p>	<p>22 Crema de calabacín Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.072/735 GT:23 GS:6 HC:56 AZ:13 PROT:33 SAL:2</p>	<p>23 FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate Pizza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p> <p>VE:3.315/793 GT:21 GS:6 HC:151 AZ:27 PROT:24 SAL:1</p>
<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>