

MENÚ BASAL INFANTIL

JUNIO
2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de pechuga de pollo en salsa Arroz pilaf Helado sabor</p> <p>Kcal 486 Prot 24 Lip 22 HC 43</p>	<p>4</p> <p>Crema de calabacín Canelones de carne con bechamel Ensalada mixta Fruta de temporada</p> <p>Kcal 496 Prot 23 Lip 22 HC 49</p>	<p>5</p> <p>Arroz tres delicias Filete de merluza al horno en salsa Patatas panaderas Fruta de temporada</p> <p>Kcal 547 Prot 28 Lip 17 HC 67</p>	<p>6</p> <p>Sopa de ave con letras San Jacobo casero Salteado campero Yogur</p> <p>Kcal 521 Prot 25 Lip 28 HC 40</p>	<p>7</p> <p>Ensalada de pasta Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada</p> <p>Kcal 535 Prot 21 Lip 19 HC 66</p>
<p>10</p> <p>Crema de coliflor Albóndigas de ternera a la jardinera Arroz pilaf Fruta de temporada</p> <p>Kcal 504 Prot 23 Lip 21 HC 52</p>	<p>11</p> <p>Macarrones con chorizo Salmón a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Helado sabor</p> <p>Kcal 455 Prot 20 Lip 20 HC 47</p>	<p>12</p> <p>Ensalada de garbanzos Contramuslo de pollo asado en su jugo Champiñones salteados Fruta de temporada</p> <p>Kcal 511 Prot 30 Lip 21 HC 44</p>	<p>13</p> <p>Arroz con tomate Lomo de Sajonia a la plancha Brócoli rehogado Yogur</p> <p>Kcal 513 Prot 22 Lip 23 HC 52</p>	<p>14</p> <p>Fideüa de carne Merluza rebozado casero Ensalada mixta Fruta de temporada</p> <p>Kcal 509 Prot 17 Lip 17 HC 66</p>
<p>17</p> <p>Crema de calabaza Pinchos morunos de pollo a la plancha Patatas revolconas Fruta de temporada</p> <p>Kcal 527 Prot 21 Lip 21 HC 60</p>	<p>18</p> <p>Espaguetis a la boloñesa Lomo de atún en salsa Ensalada mixta Yogur</p> <p>Kcal 483 Prot 21 Lip 21 HC 50</p>	<p>19</p> <p>Lentejas con zanahoria y patata Tortilla española Salteado campero Fruta de temporada</p> <p>Kcal 574 Prot 20 Lip 24 HC 62</p>	<p>20</p> <p>Ensalada de arroz Filete de merluza empanada Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada</p> <p>Kcal 499 Prot 15 Lip 19 HC 64</p>	<p>21</p> <p>Macarrones con tomate y queso Hamburguesa completa Patatas chips Helado</p> <p>Kcal 598 Prot 25 Lip 23 HC 71</p>

La comida aporta un 30-35% de las RDA

Las recomendaciones de cenas se pueden consultar en la web del colegio

Los alérgenos causantes de alergias e intolerancias alimentarias han sido considerados en la elaboración de los menús especiales para alérgicos.

Según el Reglamento 1169/2011 de Información al consumidor, en el centro están disponibles las fichas de platos. Pueden solicitárselas al responsable del centro para consultar, si desean, los alérgenos contenidos en cada plato del menú.