

MES: Junio 2022

COLEGIO: COLEGIO INTERNACIONAL ALMINAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
		1 Ensalada de pasta sin huevo (jamón dulce, tomate y olivas) Ventresca de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	2 Puré de verduras Contramuslo de pollo al limón con ensalada de lechuga, atún y queso Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Fruta	3 Salmorejo Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	4 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	5 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	VE: 2662/637 GT: 17 GS: 5 HC: 80 AZ: 18 PROT: 42 SAL: 2
6 Crema parmentier Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	7 Pasta (sin huevo) napolitana Filete de merluza al limón con guisantes salteados Helado apto y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	8 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado al limón con patatas fritas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	9 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) Patatas estofadas con carne Yogur y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	10 Arroz con pollo Varitas de merluza con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	11 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	12 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2937/703 GT: 25 GS: 4 HC: 89 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 2
13 Fideuá (sin huevo) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	14 Gazpacho Lomo asado con patatas fritas Helado apto y pan integral (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	15 Pasta (sin huevo) al ajillo Merluza empanada (sin huevo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	16 Crema de zanahoria Pechuga de pollo a la plancha Yogur y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	17 Arroz con salsa de tomate Croquetas sin alérgenos con champiñones salteados Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	18 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	19 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	VE: 3020/722 GT: 22 GS: 3 HC: 95 AZ: 29 PROT: 35 SAL: 2
20 Ensalada de pasta sin huevo (jamón dulce, tomate y olivas) Calamares a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	21 Lentejas estofadas (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo, morcilla) Lomo a la plancha Helado apto y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	22 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) Patatas estofadas con carne Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	23 Sopa de ave con pasta (sin huevo) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, cebolla y aceitunas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	24 Crema de verduras Pizza Helado apto y pan (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	25 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	26 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2626/628 GT: 13 GS: 3 HC: 99 AZ: 25 PROT: 30 SAL: 2
27 <b>VACACIONES DE VERANO</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	28 <b>VACACIONES DE VERANO</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	29 <b>VACACIONES DE VERANO</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	30 <b>VACACIONES DE VERANO</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta				VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES