



MENUS DEL COMEDOR ESCOLAR CORRESPONDIENTES AL MES DE: JUNIO 2010

MARTES 1				MIÉRCOLES 2				JUEVES 3				VIERNES 4							
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Puré de patatas y zanahoria ◆ Merluza al horno ◆ Natillas ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Judías pintas ◆ Fritura variada ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<u>FESTIVO</u>				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Raviolis a la italiana ◆ Muslos de pollo en salsa ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 							
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.				
826	47	28	62,1	1048	59,3	67	43					784	46,9	38,8	75,7				
LUNES 7				MARTES 8				MIÉRCOLES 9				JUEVES 10				VIERNES 11			
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Crema de espinacas ◆ Filetes rusos con ensalada ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Espaguetis con tomate ◆ Huevos fritos con patatas ◆ Melocotón en almíbar ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Sopa de cocido ◆ Cocido completo ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Paella valenciana ◆ Salchichas con tomate ◆ Helado de sabores ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Lentejas estofadas ◆ Cinta de lomo plancha/ensalada ◆ Yogurt ◆ Vaso de leche 			
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
764	36,8	34,01	79,91	892	32,6	40,11	94,41	748	36,9	34,11	74	879	46,9	45,36	72,2	853	45,7	35,2	82,7
LUNES 14				MARTES 15				MIÉRCOLES 16				JUEVES 17				VIERNES 18			
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Patatas estofadas ◆ Jamón York en salsa ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Crema de calabacín ◆ Delicias de merluza ◆ Zumo de frutas ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Macarrones con chorizo ◆ Tortilla francesa ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Judías blancas ◆ Croquetas de jamón ◆ Helado de sabores ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Arroz con tomate ◆ Albóndigas en salsa ◆ Flan ◆ Vaso de leche 			
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
792	38,5	48	52,4	703	47,2	28,1	43,6	802	30,3	55	76	925	42	51,4	47,1	891	52,3	56,4	67,4
LUNES 21				MARTES 22				MIÉRCOLES 23				JUEVES 24				VIERNES 25			
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Espaguetis a la italiana ◆ Salchichas con tomate ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Sopa de ave ◆ Huevos fritos con patatas ◆ Natillas ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Judías verdes rehogadas ◆ Filetes de pollo empanados ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Paella valenciana ◆ Empanadillas de bonito ◆ Melocotón en almíbar ◆ Vaso de leche (Sólo para alumnos de Guardería)				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Sopa de cocido ◆ Cocido completo ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche (Sólo para alumnos de Guardería)			
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
729	34,1	35,3	72	845	47,8	35,9	33,6	743	41,7	33,5	43,6	779	34,9	37,6	75,6	748	36,9	34,11	74
LUNES 28				MARTES 29				MIÉRCOLES 30											
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Puré de verduras ◆ San Jacobos ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche (Sólo para alumnos de Guardería)				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Sopa de picadillo ◆ Hamburguesas plancha/ensalada ◆ Yogurt ◆ Vaso de leche (Sólo para alumnos de Guardería)				<ul style="list-style-type: none"> ◆ Macarrones con tomate ◆ Tortilla de patatas ◆ Fruta del tiempo ◆ Vaso de leche (Sólo para alumnos de Guardería)											
Kcal.	Prot.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Lip	H.C.	Lip	H.C.	Lip	H.C.								
764	36,8	34,01	79,9	785	33,5	37,8	44,2	914	35,8	47,1	65,1								