

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2024

VIRGEN DE GRACIA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
					1 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	2 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Lentejas estofadas con chorizo Croquetas de pollo con ensalada de arroz Helado y pan Lentils with chorizo sausage Chicken croquettes with rice salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	4 Ensalada de pasta Abadejo a la griega con tomate aliñado Fruta de temporada y pan Pasta salad Galician style haddock with tomatoes with dressing Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	5 Arroz con pollo Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Yogur y pan integral Rice with chicken Spinach omelette with lettuce, carrot & olives Yoghurt and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	6 Sopa de letras Hamburguesa mixta con patatas dado Fruta de temporada y pan Pasta soup Mixed hamburger with diced potatoes Seasonal Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	7 Crema de calabacín con picatostes Tortilla española con ensalada de tomate y maíz Fruta de temporada y pan Zucchini cream with croutons Spanish omelette with tomatoes & sweetcorn Seasonal Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Fruta	8 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	9 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 3382/809 GT: 31 GS: 6 HC: 107 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
10 Sopa de pollo con fideos Albóndigas a la jardinera con patatas dado Helado y pan Chicken soup with noodles Meatballs with vegetables with diced potatoes Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	11 Garbanzos estofados con verduras Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta de temporada y pan Chickpeas stewed with vegetables Cod fritters with lettuce salad with sweetcorn & black olives Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	12 Macarrones al ajillo Pinchos morunos con tomate aliñado Yogur y pan integral Garlic macaroni Shish-kabab with tomatoes with dressing Yoghurt and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	13 Patatas estofadas con ternera Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan Stewed potatoes with beef Andalusian-style hake fillet with lettuce & carrot Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	14 Arroz tres delicias Pinchos morunos con ensalada mixta Fruta de temporada y pan Chinese fried rice Shish-kabab with mixed salad Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	15 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	16 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3265/781 GT: 26 GS: 6 HC: 103 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2
17 Ensalada de pasta Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga y maíz Helado y pan Pasta salad Mixed hamburger with lettuce and sweetcorn salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	18 Alubias estofadas a la riojana Tortilla francesa de queso con ensalada mixta Fruta de temporada y pan Rioja style cooked beans Cheese omelette with mixed salad Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	19 Espaguetis a la napolitana Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con menestra de verduras salteadas Yogur y pan Napolitan spaghetti Haddock in green sauce (peas, onion, garlic and parsley) with vegetable stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	20 Lentejas estofadas con verduras Pollo en salsa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan Stewed lentils Chicken in sauce with green salad with olives Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	21 Crema de verduras con picatostes Pizza con ensalada de tomate Helado y pan Vegetables cream with croutons Pizza with tomato salad Ice cream and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Fruta	22 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	23 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 3378/808 GT: 26 GS: 8 HC: 106 AZ: 23 PROT: 43 SAL: 2
24 VACACIONES 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy	25 VACACIONES 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy	26 VACACIONES 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit	27 VACACIONES 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy	28 VACACIONES 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy	29 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	30 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura 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