

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Junio 2021

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Fideos con verduras (pimiento, cebolla, zanahoria, guisante, tomate) Tortilla de patata y calabacín con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan integral (eco.)	2 Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.)	3 Alubias a la jardinera (patata, zanahoria, arroz, pimiento) (eco.) Palometa a la griega (tomate y especias) Fruta de temporada y pan (eco.)	4 Crema de brócoli (eco.) Hamburguesa (ternera y pollo) en salsa (tomate, cebolla, especias) Yogur y pan (eco.)
7 Lentejas a la riojana con hortalizas (eco.) (patata, tomate, zanahoria y pimiento) (eco.) Ternera con papas y mojo picón Fruta de temporada y pan (eco.)	8 Crema de calabacín (eco.) Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan integral (eco.)	9 Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate) Merluza con patata y zanahoria Fruta de temporada y pan (eco.)	10 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz Espirales a la mediterránea con dorada Yogur y pan (eco.)	11 Sopa de puchero casero (eco.) (cerdo, pollo, verdura, patata) Tortilla de patatas con ensalada de tomate y maíz Fruta de temporada y pan (eco.)
14 Crema de zanahoria (eco.) (patata y zanahoria) Pollo asado en salsa provenzal (cebolla, tomate, especias) Yogur y pan (eco.)	15 Arroz tres delicias Tortilla de patata y calabacín con ensalada de tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (eco.)	16 Potaje de garbanzos con espinacas (zanahoria, patata, cebolla, espinacas) Queso fresco con ensalada de tomate y maíz Fruta de temporada y pan (eco.)	17 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pimiento y aceituna Coditos a la boloñesa (carne de ternera, tomate, cebolla y especias) Fruta de temporada y pan (eco.)	18 Cazuela de lentejas con arroz (arroz, tomate, zanahoria, cebolla) Abadejo a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan (eco.)
21 Crema parmentier (eco.) (patata y puerro) Escalope de pollo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (eco.)	22 Macarrones (eco.) con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza con patatas asadas Postre especial y pan integral (eco.)	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO
28 VACACIONES DE VERANO	29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO		