

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2022

COLEGIO: MERCEDES SANTANDER

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Paella mixta Filete de perca en salsa verde con ensalada de lechuga Yogur y pan	2 Salteado de judías verdes Huevos rellenos de atún con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan <i>integral</i>	3 Alubias pintas estofadas Alitas de pollo con ensalada Fruta de temporada y pan	VE: 2769/662 GT: 19 GS: 4 HC: 137 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1
6 Crema de calabaza Libritos de jamón y queso con patatas al vapor Fruta de temporada	7 Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada y pan <i>integral</i>	8 Pasta con boloñesa de chorizo Jamoncitos de pollo al horno con champiñones Yogur y pan	9 Alubias estofadas con verduras Escalope de cerdo con ensalada Helado y pan <i>integral</i>	10 Porrusalda Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y pan	VE: 2851/682 GT: 23 GS: 4 HC: 84 AZ: 21 PROT: 35 SAL: 2
13 Salteado de guisantes con jamón Huevos con tomate con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan	14 Sopa de fideos Estofado de pavo con patatas al vapor Fruta de temporada y pan <i>integral</i>	15 Arroz con verduras Croquetas con ensalada Yogur y pan	16 Potaje de garbanzos Filete de perca al horno con pimientos Fruta de temporada y pan <i>integral</i>	17 Patatas a la riojana Albóndigas a la jardinera con ensalada Fruta de temporada y pan	VE: 2777/664 GT: 20 GS: 5 HC: 90 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 1
20 Espaguetis con boloñesa de atún Escalope de cerdo con ensalada Fruta de temporada y pan	21 Crema de calabacín Merluza en salsa marinera Fruta de temporada y pan <i>integral</i>	22 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york Yogur y pan	23 MENÚ ESPECIAL FIN CURSO	24	VE: 2897/693 GT: 21 GS: 5 HC: 92 AZ: 18 PROT: 36 SAL: 1
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0