



Menú mensual Summer 2021

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Ensalada de pasta	Sopa de verduras	Potaje de lentejas	Pizza	Ensalada variada
Tortilla francesa con patatas	Pollo al curry con arroz	Pollo a la plancha con ensalada	Brocheta de cerdo con zanahoria y pepino	Lasaña de verduras y carne
Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Energía: 770, Proteína: 37, Hidratos de carbono:97, Grasa: 30

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Sopa de pollo	Crema de verduras	Pizza	Trampó de garbanzos	Espaguetis carbonara
Hamburguesa con tomate, ensalada y palitos zanahoria	Merluza al horno con tumbet	Coroquetas de pollo con ensalada variada	Tortilla de patatas con ensalada	Nuggets de merluza con verduras
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo

Energía: 785, Proteína: 39, Hidratos de carbono:90, Grasa: 29

LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Ensalada de lentejas	Pasta boloñesa	Puré de legumbres	Paella de carne	Ensalada de patatas
Carne en salsa con arroz	Calamares rebozados con ensalada	Pollo asado con menestra de verduras	Croquetas de bacalao con crudités de zanahoria	Salchichas con ensalada variada
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Yogur

Energía: 821, Proteína: 42, Hidratos de carbono:100, Grasa: 26

LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de calabaza	Ensalada de garbanzos	Sopa de fideos con verduras	Fideuà de pescado y verduras	Gazpacho
Tortilla de patatas con ensalada	Brochetas de pescado con ensalada	Albóndigas a la jardinera con patatas fritas	Croquetas de merluza con ensalada	Hamburguesa de pollo con tumbet
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Energía: 750, Proteína: 39, Hidratos de carbono:82, Grasa: 30

LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Potaje de garbanzos	Espaguetis carbonara	Puré de calabaza	Ensalada de atún	Fideuà
Cordon blue con patatas fritas	Varitas de merluza con ensalada	Pollo strogonoff con patatas fritas	Tortilla francesa con menestra de verduras	Mussola con ensalada
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Energía: 855, Proteína: 45, Hidratos de carbono:99, Grasa: 30

GREEN DAY · MENÚ ECOLÓGICO

INTERNATIONAL DAY · MENÚ INTERNACIONAL