

**JUNIO 2022**


Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

		<b>Ensalada de judías blancas</b> Alérgeno: pescado, huevo, sulfitos <b>Salmon al horno con ensalada lechuga, maíz, naranja y/o gazpacho</b> Alérgeno: pescado, sulfitos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 613    Prot. 26    Lip 14    H.C. 96	<b>Judías verdes con tomate</b> <b>F. pollo a la plancha con patatas fritas</b> <b>Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten,soja, sésamo)</b>  Kcal. 642    Prot. 34    Lip 27    H.C. 64	<b>Paella mixta con verduras</b> Alérgeno: crustáceos, pescados, moluscos, sulfitos y sulfurosos <b>Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceituna</b> Alérgeno: sulfitos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 739    Prot. 28    Lip 36    H.C. 75
<b>Lentejas ecológicas con verduras</b> Alérgeno: gluten <b>Bacalao rebozado con rodaja tomate natural y/o gazpacho</b> Alérgeno: pescado, huevo, gluten, sulfitos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 696    Prot. 32    Lip 22    H.C. 93	<b>Crema de puerros fría</b> <b>Escalope de pollo con patatas fritas</b> Alérgeno: gluten, huevo <b>Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 791    Prot. 25    Lip 32    H.C. 100	<b>Salteado de verduras</b> <b>Ragú de pavo con arroz</b> <b>Yogur de soja batido con miel (soja) y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 714    Prot. 45    Lip 28    H.C. 70	<b>Sopa de cocido</b> Alérgeno: gluten, huevo <b>Cocido madrileño con repollo, ternera, chorizo</b> <b>Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 598    Prot. 22    Lip 16    H.C. 93	<b>Patatas guisadas con rape</b> Alérgeno: pescado <b>Caballa con tomate y verduras</b> Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 759    Prot. 36    Lip 19    H.C. 90
<b>Espaguetis integrales con tomate y chorizo (sin queso)</b> Alérgeno: gluten, huevo <b>Fogonero rebozado con ensalada lechuga, tomate, remolacha</b> Alérgeno: pescado, huevo, gluten, sulfitos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 709    Prot. 29    Lip 24    H.C. 95	<b>Crema de calabaza y patata</b> <b>Chuleta de cerdo plancha con champiñón</b> <b>Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 700    Prot. 20    Lip 47    H.C. 50	<b>Judías pintas ecológicas con verduras</b> <b>Merluza enharinada con ensalada lechuga, tomate, aceituna y/o gazpacho</b> Alérgeno: pescado, gluten, sulfitos <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 656    Prot. 29    Lip 21    H.C. 88	<b>Brócoli rehogado</b> <b>Jamonicitos de pollo campero con ensalada lechuga, maíz, tomate y zanahoria</b> Alérgeno: sulfitos <b>Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 661    Prot. 49    Lip 29    H.C. 50	<b>Arroz con tomate</b> <b>Tortilla de espinacas y patata con ensalada de lechuga y maíz</b> Alérgeno: huevo, sulfitos <b>Yogur de soja (soja) y pan (gluten,soja, sésamo)</b>  Kcal. 616    Prot. 19    Lip 28    H.C. 71
<b>Ensalada de pasta</b> Alérgeno: gluten, huevo, pescado, sulfitos <b>Bacalao al horno con calabacín plancha</b> Alérgeno: pescado <b>Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 655    Prot. 28    Lip 25    H.C. 79	<b>Crema de champiñón</b> <b>Lomo fresco plancha con patatas fritas</b> <b>Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 735    Prot. 23    Lip 33    H.C. 86	<b>Sopa de cocido</b> Alérgeno: gluten, huevo <b>Cocido completo, repollo, ternera, chorizo</b> <b>Fruta temporada y pan (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 598    Prot. 22    Lip 16    H.C. 93	<b>Coliflor rehogada con ajo y pimentón</b> <b>Ragú de ternera con verduras</b> <b>Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</b>  Kcal. 701    Prot. 34    Lip 33    H.C. 68	<b>COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO</b>
 <b>VACACIONES DE VERANO</b> 