

CEIP KATIA ACÍN  
VALORACIÓN 3-8 AÑOS

BASAL

JUNIO

2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1  
-ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
-TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN CON ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**600,4KCAL 15%P 31%L 53%HC**

2  
-ESPAGUETTIS CON TOMATE  
-POLLO CON PATATA  
-ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC**

3  
-CREMA DE ZANAHORIA  
-SALMÓN CON SALSA POMODORO  
-ENSALADA DE LECHUGA  
-YOGUR  
**597,7KCAL 13%P 34%L 53%HC**

6  
-CREMA DE VERDURAS CON COLIFLOR  
-POLLO AL CHILINDRÓN CON LECHUGA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**608,3 KCAL 13%P 32%L 55%HC**

7  
-MACARRONES POMODORO  
-ESTOFADO DE MAGRO A LA RIOJANA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**601,3 KCAL 14%P 32%L 54%HC**

8  
-PATATAS ESTOFADAS CON CALABAZA  
-ABADEJO EN SALSA DE PIMIENTOS  
-YOGUR  
**602,1 KCAL 13%P 31%L 56%HC**

9  
-ARROZ A LA CUBANA  
-TORTILLA DE ATÚN CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**596,6KCAL 12%P 34%L 53%HC**

10  
-LENTEJAS ESTOFADAS  
-ALBÓNDIGAS DE MERLUZA Y POTA A LA VIZCAÍNA  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**595,8KCAL 14%P 31%L 54%HC**

13  
-ARROZ CON VERDURAS  
-POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**604,6 KCAL 13%P 31%L 56%HC**

14  
-ALUBIAS ESTOFADAS  
-SALMÓN CON SALSA POMODORO  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**597,1KCAL 12%P 34%L 53%HC**

15  
-CREMA DE VERDURAS  
-TORTILLA CASERA DE YORK CON LECHUGA DE MAIZ  
-YOGUR  
**596,3KCAL 14%P 31%L 54%HC**

16  
-LENTEJAS A LA RIOJANA  
-MERLUZA EN SALSA VERDE CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**604,2KCAL 13%P 35%L 54%HC**

17  
-ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA  
-LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**599,9 KCAL 15%P 31%L 52%HC**

20  
-SOPA DE AVE CON PASTA  
-ALBÓNDIGAS A LA CAZADORA  
-YOGUR  
**593,3KCAL 12%P 30%L 58%HC**

21  
-CREMA DE ZANAHORIA  
-REDONDO DE PAVO CON VERDURAS  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**602,3KCAL 13%P 32%L 58%HC**

22  
-ARROZ CON TOMATE  
-SAN JACOBO CON LECHUGA  
-NATILLA  
**608,1 KCAL 13%P 30%L, 57%HC**



CEIP KATIA ACÍN  
VALORACIÓN 9-13 AÑOS

BASAL

JUNIO

2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1  
-ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
-TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN CON ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**768,5 KCAL 15%P 31%L 53%HC**

2  
-ESPAGUETTIS CON TOMATE  
-POLLO CON PATATA  
-ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**773,8 KCAL 13%P 35%L 52%HC**

3  
-CREMA DE ZANAHORIA  
-SALMÓN CON SALSA POMODORO  
-ENSALADA DE LECHUGA  
-YOGUR  
**765 KCAL 13%P 34%L 53%HC**

6  
-CREMA DE VERDURAS CON COLIFLOR  
-POLLO AL CHILINDRÓN CON LECHUGA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**762,5 KCAL 12%P 33%L 56%HC**

7  
-MACARRONES POMODORO  
-ESTOFADO DE MAGRO A LA RIOJANA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**760 KCAL 13%P 32%L 55%HC**

8  
-PATATAS ESTOFADAS CON CALABAZA  
-ABADEJO EN SALSA DE PIMIENTOS  
-YOGUR  
**745,8 KCAL 12%P 34%L 53%HC**

9  
-ARROZ A LA CUBANA  
-TORTILLA DE ATÚN CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**753,8 KCAL 13%P 32%L 54%HC**

10  
-LENTEJAS ESTOFADAS  
-ALBÓNDIGAS DE MERLUZA Y POTA A LA VIZCAÍNA  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**770,7 KCAL 13%P 31%L 56%HC**

13  
-ARROZ CON VERDURAS  
-POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**773,8 KCAL 13%P 31%L 56%HC**

14  
-ALUBIAS ESTOFADAS  
-SALMÓN CON SALSA POMODORO  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**764,3 KCAL 12%P 34%L 53%HC**

15  
-CREMA DE VERDURAS  
-TORTILLA CASERA DE YORK CON LECHUGA DE MAIZ  
-YOGUR  
**763,2 KCAL 14%P 31%L 54%HC**

16  
-LENTEJAS A LA RIOJANA  
-MERLUZA EN SALSA VERDE CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**773,3 KCAL 13%P 35%L 54%HC**

17  
-ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA  
-LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**767,8 KCAL 15%P 31%L 52%HC**

20  
-SOPA DE AVE CON PASTA  
-ALBÓNDIGAS A LA CAZADORA  
-YOGUR  
**764,5 KCAL 14%P 31%L 54%HC**

21  
-CREMA DE ZANAHORIA  
-REDONDO DE PAVO CON VERDURAS  
-ENSALADA DE TOMATE  
-FRUTA DE TEMPORADA  
**770,9 KCAL 13%P 32%L 58%HC**

22  
-ARROZ CON TOMATE  
-SAN JACOBO CON LECHUGA  
-NATILLA  
**778,4 KCAL 13%P 30%L, 57%HC**



27  
**764,5 KCAL 14%P 31%L 54%HC**

28  
**770,9 KCAL 13%P 32%L 58%HC**

29  
**778,4 KCAL 13%P 30%L, 57%HC**



MES: JUNIO 2022

MENÚ: SIN CERDO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

		1 Alubias estofadas Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate  Fruta	2 Espaguetis con tomate Contramuslo de pollo con patata  Fruta	3 Crema de zanahoria Salmón en salsa pomodoro  Yogur
6 Crema de verduras con coliflor Pechuga de pollo a la milanesa Ensalada de lechuga  Fruta	7 Macarrones pomodoro Palometa a la griega  Fruta	8 Patatas estofadas con calabaza Abadejo en salsa de pimientos  Yogur	9 Arroz a la cubana Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	10 Lentejas estofadas Albóndigas de merluza y pota a la vizcaina  Fruta ecológica
13 Arroz con verduras Jamoncitos de pollo en salsa de zanahoria  Fruta	14 Alubias estofadas Salmón en salsa pomodoro  Fruta ecológica	15 Crema de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz  Yogur	16 Lentejas a la riojana Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	17 Macarrones napolitana Abadejo en salsa de pimientos  Fruta
20 Sopa de ave con pasta Filete de merluza al horno dietas  Yogur	21 Crema de zanahoria Redondo de pavo en salsa de verduras  Fruta	22 Arroz con tomate Varitas con merluza  Natillas	23	24
27	28	29	30	

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)

MES: JUNIO 2022

MENÚ: SIN PESCADO

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
				1 Alubias estofadas Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate  Fruta	2 Espaguetis con tomate Contramuslo de pollo con patata  Fruta	3 Crema de zanahoria Cabezada de lomo en salsa casera  Yogur			
6 Crema de verduras con coliflor Pechuga de pollo al limón Ensalada de lechuga  Fruta	7 Macarrones pomodoro Estofado de magro a la riojana  Fruta	8 Patatas estofadas con calabaza Estofado de ternera  Yogur	9 Arroz a la cubana Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	10 Lentejas estofadas Hamburguesa mixta al horno  Fruta ecológica					
13 Arroz con verduras Jamoncitos de pollo en salsa de zanahoria  Fruta	14 Alubias estofadas Lomo encebollado  Fruta ecológica	15 Crema de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga y maíz  Yogur	16 Lentejas a la riojana Pechuga de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	17 Macarrones napolitana Lomo adobado con pimientos  Fruta					
20 Sopa de ave con pasta Albóndigas en salsa cazadora  Yogur	21 Crema de zanahoria Redondo de pavo en salsa de verduras  Fruta	22 Arroz con tomate San Jacobo  Natilla	23	24					
27	28	29	30						

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)

MES: JUNIO 2022

MENÚ: SIN LACTOSA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
				1 Alubias estofadas Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate  Fruta	2 Espaguetis con tomate Contramuslo de pollo con patata  Fruta	3 Crema de zanahoria Salmón en salsa pomodoro  Yogur de soja			
6 Crema de verduras con coliflor Pechuga de pollo al limón Ensalada de lechuga  Fruta	7 Macarrones pomodoro Estofado de magro a la riojana  Fruta	8 Patatas estofadas con calabaza Abadejo en salsa de pimientos  Yogur de soja	9 Arroz a la cubana Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	10 Lentejas estofadas Merluza encebollada  Fruta ecológica					
13 Arroz con verduras Jamoncitos de pollo en salsa de zanahoria  Fruta	14 Alubias estofadas Salmón en salsa pomodoro  Fruta ecológica	15 Crema de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga y maíz  Yogur de soja	16 Lentejas a la riojana Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	17 Macarrones napolitana Lomo adobado con pimientos  Fruta					
20 Sopa de ave con pasta Lomo encebollado  Yogur de soja	21 Crema de zanahoria Pechuga de pollo al horno  Fruta	22 Arroz con tomate Merluza a la vizcaína  Yogur de soja	23	24					
27	28	29	30						

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)

MES: JUNIO 2022

MENÚ: SIN GLUTEN

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
				1 Alubias estofadas Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate  Fruta	2 Espaguetis sin gluten ni huevo con tomate Contramuslo de pollo con patata  Fruta	3 Crema de zanahoria Salmón en salsa pomodoro  Yogur			
6 Crema de verduras con coliflor Pechuga de pollo al limón Ensalada de lechuga  Fruta	7 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de magro a la riojana  Fruta	8 Patatas estofadas con calabaza Abadejo en salsa de pimientos  Yogur	9 Arroz a la cubana Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	10 Lentejas estofadas Merluza encebollada  Fruta ecológica					
13 Arroz con verduras Jamoncitos de pollo en salsa de zanahoria  Fruta	14 Alubias estofadas Salmón en salsa pomodoro  Fruta ecológica	15 Crema de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga y maíz  Yogur	16 Lentejas a la riojana Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta	17 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Lomo adobado con pimientos  Fruta					
20 Sopa de verduras Filete de merluza al horno dietas  Yogur	21 Crema de zanahoria Redondo de pavo en salsa de verduras  Fruta	22 Arroz con tomate Merluza a la vizcaína  Natilla	23 Arroz con tomate Merluza a la vizcaína  Natilla	24 Arroz con tomate Merluza a la vizcaína  Natilla					
27	28	29	30						

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)