

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES:	Junio-25	MENÚ:	CEIP KATIA ACÍN	basal 3-8 años					
Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan 590,4K Cal; 19,8Gr Grasa; 3,7Gr AGS; 70,8Gr HC; 14,1Gr Azucares; 27,8Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	3	Ensalada de cangrejo con salsa Merluza a la griega (salsa de zanahoria y tomate) Fruta Pan integral 552,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 23,5 Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	4	Lentejas guisadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 543,5K Cal; 19,2Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,2Gr HC; 16Gr Azucares; 23,1Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	5	Macarrones con tomate Abadejo en pepitoria Fruta Pan 524,7K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,3Gr Proteinas; 5Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Yogur Pan 536,5K Cal; 16,1Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 72,8Gr HC; 16,8Gr Azucares; 26,9Gr Proteinas; 6,1Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 560,1K Cal; 17,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 61,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 29,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 554,2K Cal; 18,9Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 62,3Gr HC; 18Gr Azucares; 27,2Gr Proteinas; 4Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 528,7K Cal; 20,9Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 50,8Gr HC; 11,1Gr Azucares; 26,5Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.	13	Espaguettis a la napolitana Abadejo en salsa de verduras Fruta Pan 516,7 K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,4Gr Azucares; 31,3Gr Proteinas; 5Gr Sal.
16	Crema de calabacín Magro a la riojana Fruta Pan 543,5K Cal; 25,6Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 61,8Gr HC; 12Gr Azucares; 13,8Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.	17	Ensalada de pasta con salsa Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan integral 572,1K Cal; 20,2Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 61,5Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,5Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 590,6K Cal; 23,2Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 72,2Gr HC; 17,6Gr Azucares; 22,7Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	19	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	20	Arroz con tomate Pechuga de pollo a la milanesa Patatas chips Natillas Pan 555,9K Cal; 22,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 64,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 25,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES: Junio-25		MENÚ: CEIP KATIA ACÍN		basal 9-13 años					
Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan 673,7K Cal; 26,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 83,7Gr HC; 16,2Gr Azucres; 25,1Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	3	Ensalada de cangrejo con salsa Merluza a la griega (salsa de zanahoria y tomate) Fruta Pan integral 680,4K Cal; 36,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 46,7Gr HC; 24,8Gr Azucres; 37Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	4	Lentejas guisadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 652,4K Cal; 24,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 75,1Gr HC; 16Gr Azucres; 23Gr Proteínas; 3,7Gr Sal.	5	Macarrones con tomate Abadejo en pepitoria Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucres; 55,3Gr Proteínas; 6,9Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur Pan 656,1K Cal; 24,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 63,5Gr HC; 16,8Gr Azucres; 33,9Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 760,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucres; 20,6Gr Proteínas; 4,1Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucres; 40,5Gr Proteínas; 5,3Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 662,4K Cal; 34,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 46,7Gr HC; 24,8Gr Azucres; 37Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 660,1K Cal; 25,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 65,5Gr HC; 16,8Gr Azucres; 29,9Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	13	Espaguettis a la napolitana Abadejo en salsa de verduras Fruta Pan 744 K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucres; 52,3Gr Proteínas; 6,9Gr Sal.
16	Crema de calabacín Magro a la riojana Fruta Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucres; 23,3Gr Proteínas; 5,6Gr Sal.	17	Ensalada de pasta con salsa Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan integral 659,3K Cal; 19,9Gr Grasa; 5,1Gr AGS; 78,7Gr HC; 15,5Gr Azucres; 38,9Gr Proteínas; 4,8Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 759,3K Cal; 30,5Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 81,3Gr HC; 18Gr Azucres; 29,7Gr Proteínas; 5,7Gr Sal.	19	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan 681K Cal; 22,4Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 87,8Gr HC; 16,2Gr Azucres; 24,8Gr Proteínas; 4,9Gr Sal.	20	Arroz con tomate Pechuga de pollo a la milanesa Patatas chips Natillas Pan 659,6K Cal; 26,1Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 81Gr HC; 3,6Gr Azucres; 22,8Gr Proteínas; 2,8Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

MES: **Junio-25**

MENÚ: **009 - Sin pescado**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Fruta Pan 590,4K Cal; 19,8Gr Grasa; 3,7Gr AGS; 70,8Gr HC; 14,1Gr Azucares; 27,8Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	3	Ensaladilla rusa con salsa sin pescado Hamburguesa mixta al horno Fruta Pan integral 711,7K Cal; 34,1Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 63,5Gr HC; 14,7Gr Azucares; 31,7Gr Proteinas; 6,1Gr Sal.	4	Lentejas guisadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 543,5K Cal; 19,2Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,2Gr HC; 16Gr Azucares; 23,1Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	5	Macarrones con tomate Magro a la riojana Fruta Pan 698K Cal; 28,3Gr Grasa; 5,5Gr AGS; 63,8Gr HC; 24,2Gr Azucares; 44,9Gr Proteinas; 6,8Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Yogur Pan 656,1K Cal; 24,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 63,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 760,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucares; 20,6Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa sin pescado Lomo al horno Fruta Pan 513,8K Cal; 21,4Gr Grasa; 4,9Gr AGS; 50,1Gr HC; 14,2Gr Azucares; 28,8Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 516,7K Cal; 20,9Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 47,8Gr HC; 11,1Gr Azucares; 26,5Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.	13	Espaguettis a la napolitana Hamburguesa mixta al horno Fruta Pan 703,1K Cal; 23,1Gr Grasa; 2,6Gr AGS; 84,5Gr HC; 15,7Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 5,5Gr Sal.
16	Crema de calabacín Magro a la riojana Fruta Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.	17	Ensalada de pasta sin pescado con salsa Pechuga de pollo al limón Fruta Pan integral 517,8K Cal; 18,4Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 61,2Gr HC; 15,3Gr Azucares; 23,2Gr Proteinas; 3Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 760,7K Cal; 27,6Gr Grasa; 2,6Gr AGS; 88,4Gr HC; 18Gr Azucares; 29,8Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	19	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	20	Arroz con tomate Jamoncitos de pollo al horno Patatas chips Natillas Pan 513,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 27,5Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

MES: **Junio-25**

MENÚ: **002 - Sin cerdo**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan 590,4K Cal; 19,8Gr Grasa; 3,7Gr AGS; 70,8Gr HC; 14,1Gr Azucares; 27,8Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	3	Ensalada de cangrejo con salsa Merluza a la griega (salsa de zanahoria y tomate) Fruta Pan integral 680,4K Cal; 36,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 46,7Gr HC; 24,8Gr Azucares; 37Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	4	Lentejas guisadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 543,5K Cal; 19,2Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,2Gr HC; 16Gr Azucares; 23,1Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	5	Macarrones con tomate Abadejo en pepitoria Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Yogur Pan 656,1K Cal; 24,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 63,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Varitas de merluza Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan 727,4K Cal; 39,2Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 72,2Gr HC; 19,1Gr Azucares; 15,5Gr Proteinas; 3,8Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 516,7K Cal; 20,9Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 47,8Gr HC; 11,1Gr Azucares; 26,5Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.	13	Espaguettis a la napolitana Abadejo en salsa de verduras Fruta Pan 617,3K Cal; 14Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 70,1Gr HC; 15,2Gr Azucares; 49,6Gr Proteinas; 6,2Gr Sal.
16	Crema de calabacín Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 557,1K Cal; 23,7Gr Grasa; 2,8Gr AGS; 67,8Gr HC; 18Gr Azucares; 13,7Gr Proteinas; 5Gr Sal.	17	Ensalada de pasta con salsa Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan integral 633,3K Cal; 16,9Gr Grasa; 5,1Gr AGS; 78,7Gr HC; 15,5Gr Azucares; 38,9Gr Proteinas; 4,8Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 519,3K Cal; 18Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 53,7Gr HC; 17,4Gr Azucares; 28,3Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	19	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	20	Arroz con tomate Pechuga de pollo a la milanesa Patatas chips Natillas Pan 629,6K Cal; 26,1Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 76Gr HC; 3,6Gr Azucares; 22,8Gr Proteinas; 2,8Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

MES: **Junio-25**

MENÚ: **003 - Sin gluten**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Fruta Pan sin gluten 590,4K Cal; 19,8Gr Grasa; 3,7Gr AGS; 70,8Gr HC; 14,1Gr Azucares; 27,8Gr Proteínas; 5,8Gr Sal.	3	Ensalada de cangrejo con salsa Merluza a la griega (salsa de zanahoria y tomate) Fruta Pan sin gluten 680,4K Cal; 36,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 46,7Gr HC; 24,8Gr Azucares; 37Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	4	Coliflor al ajoarriero Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan sin gluten 615K Cal; 28,4Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 67,7Gr HC; 19,3Gr Azucares; 13,1Gr Proteínas; 5,5Gr Sal.	5	Macarrones sin gluten ni huevo con tomate Abadejo en pepitoria Fruta Pan sin gluten 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteínas; 6,9Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Yogur Pan sin gluten 536,5K Cal; 16,1Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 72,8Gr HC; 16,8Gr Azucares; 26,9Gr Proteínas; 6,1Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan sin gluten 760,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucares; 20,6Gr Proteínas; 4,1Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteínas; 5,3Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan sin gluten 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteínas; 5,4Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan sin gluten 516,7K Cal; 20,9Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 47,8Gr HC; 11,1Gr Azucares; 26,5Gr Proteínas; 3,2Gr Sal.	13	Espaguettis sin gluten ni huevo con tomate Abadejo en salsa de verduras Fruta Pan sin gluten 617,3K Cal; 14Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 70,1Gr HC; 15,2Gr Azucares; 49,6Gr Proteínas; 6,2Gr Sal.
16	Crema de calabacín Magro a la riojana Fruta Pan sin gluten 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteínas; 5,6Gr Sal.	17	Ensalada de pasta sin gluten con salsa Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan sin gluten 633,3K Cal; 16,9Gr Grasa; 5,1Gr AGS; 78,7Gr HC; 15,5Gr Azucares; 38,9Gr Proteínas; 4,8Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan sin gluten 759,3K Cal; 30,5Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 81,3Gr HC; 18Gr Azucares; 29,7Gr Proteínas; 5,7Gr Sal.	19	Acelgas salteadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 515,7K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,2Gr AGS; 32,5Gr HC; 44,7Gr Azucares; 15,3Gr Proteínas; 4,1Gr Sal.	20	Arroz con tomate Jamoncitos de pollo al horno Patatas chips Natillas Pan sin gluten 513,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 27,5Gr Proteínas; 4,9Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

MES: **Junio-25**

MENÚ: **004 - Sin lactosa, PLV**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Arroz con verduras Estofado de pavo Fruta Pan 590,4K Cal; 19,8Gr Grasa; 3,7Gr AGS; 70,8Gr HC; 14,1Gr Azucares; 27,8Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	3	Ensalada de cangrejo con salsa Merluza a la griega (salsa de zanahoria y tomate) Fruta Pan integral 680,4K Cal; 36,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 46,7Gr HC; 24,8Gr Azucares; 37Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	4	Lentejas guisadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 543,5K Cal; 19,2Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,2Gr HC; 16Gr Azucares; 23,1Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	5	Macarrones con tomate Abadejo en pepitoria Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.	6	Crema de zanahoria Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Yogur de soja Pan 656,1K Cal; 24,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 63,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.
9	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 760,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucares; 20,6Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	10	Garbanzos estofados Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 646,6K Cal; 21,4Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 80,8Gr HC; 16Gr Azucares; 27,3Gr Proteinas; 4,6Gr Sal.	11	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	12	Crema de verduras Pollo con arroz Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan 516,7K Cal; 20,9Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 47,8Gr HC; 11,1Gr Azucares; 26,5Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.	13	Espaguettis a la napolitana Abadejo en salsa de verduras Fruta Pan 617,3K Cal; 14Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 70,1Gr HC; 15,2Gr Azucares; 49,6Gr Proteinas; 6,2Gr Sal.
16	Crema de calabacín Magro a la riojana Fruta Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.	17	Ensalada de pasta con salsa Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Pan integral 633,3K Cal; 16,9Gr Grasa; 5,1Gr AGS; 78,7Gr HC; 15,5Gr Azucares; 38,9Gr Proteinas; 4,8Gr Sal.	18	Tricolor de verduras Pechuga de pollo al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 547,2K Cal; 23,1Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 53,2Gr HC; 17,3Gr Azucares; 22,2Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	19	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	20	Arroz con tomate Jamoncitos de pollo al horno Patatas chips Yogur de soja Pan 513,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 27,5Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.
23	VACIONES DE VERANO	24	VACIONES DE VERANO	25	VACIONES DE VERANO	26	VACIONES DE VERANO	27	VACIONES DE VERANO
30	VACIONES DE VERANO								

MES: **Junio-25**

MENÚ: **CENAS**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	CREMA DE CALABAZA TORTILLA DE PISTO QUESO FRESCO	3	FIDEOS CON VERDURAS, SALSA DE SOJA Y TIRAS DE POLLO FRUTA	4	COLIFLOR CON BECHAMEL SARDINAS CON TOMATE AL HORNO FRUTA	5	CREMA DE VERDURAS SALCHICHAS DE POLLO CON VERDURAS ASADAS FRUTA	6	CALAMARES A LA AMERICANA CON ARROZ SALTEADO FRUTA
9	SALMÓN CON VERDURAS Y ARROZ SALTEADO YOGUR	10	BRÓCOLI AL AJILLO HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATA ASADA FRUTA	11	ENSALADA DE TOMATE, QUESO Y ALBAHACA TORTILLA A LA FRANCESA CON JAMÓN Y QUESO QUAJADA CON MIEL	12	HABITAS BABY CON JAMÓN LENGUADO A LA PLANCHA CON BRÓCOLI SALTEADO FRUTA	13	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, ACEITUNAS TIRAS DE POLLO REBOZADO FRUTA
16	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, OLIVAS Y MAIZ QUICHE DE VERDURAS YOGUR	17	MENESTRA DE VERDURES CON SALTEADO DE JAMÓN ALITAS DE POLLO AL HORNO FRUTA	18	ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA, BACON, ZANAHORIA Y GUISANTES FRUTA	19	PISTO DE VERDURAS PALOMETA AL HORNO FLAN DE HUEVO	20	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CEBOLLA Y TOMATE PIZZA DE ATÚN FRUTA
VACIONES DE VERANO		VACIONES DE VERANO		VACIONES DE VERANO		VACIONES DE VERANO		VACIONES DE VERANO	
VACIONES DE VERANO									