

ESTOS SON LOS MENÚS QUE SERVIREMOS A SU HIJO EN EL MES DE JUNIO

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>FIESTA LOCAL DE BOADILLA DEL MONTE</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta con atún Salchichas de ave al horno con tomate Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:647 H:78 P:20,2 L:25,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz abanda Filete de limanda al horno con ensalada Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:585 H:85,8 P:17,4 L:17,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías blancas estofadas San Jacobos con ensalada Fruta del tiempo, helado Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:692 H:76,8 P:29,8 L:25,6</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensaladilla rusa Albóndigas en salsa con panaché de verduras Fruta del tiempo, yogur Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:692 H:64,7 P:24 L:35</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Cinta de lomo con ensalada Fruta del tiempo, postre cremoso Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:669 H:86,6 P:25,4 L:23,3</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta con pollo Bacalao a la riojana Fruta del tiempo, gelatina de piña Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:661 H:89,3 P: 20,3 L:22</p>	<ul style="list-style-type: none"> Patatas con costillas Tortilla de jamón con ensalada Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:632 H:72,6 P:25,4 L:24,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías verdes rehogadas Pollo asado con patatas panadera Fruta del tiempo, flan al caramelo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:660 H:73 P:25,4 L:29,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo Fruta del tiempo, leche frita Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:646 H:75,1 P:23,4 L:29,7</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<ul style="list-style-type: none"> Estofado de lentejas con verduras Croquetas de jamón con ensalada de atún Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:614 H:79,3 P:21,6 L:21,1</p>	<ul style="list-style-type: none"> Macarrones a la boloñesa Huevos revueltos con jamón y ensalada Fruta del tiempo, bizcocho de chocolate Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:722 H:68,5 P:26,5 L:36,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verduras Filetes rusos en salsa con patatas panadera Fruta del tiempo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:618 H:85,7 P:22 L:18,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Arroz a la milanesa Filetes de limanda a la romana con ensalada Fruta del tiempo, natillas Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:626 H:84,7 P:26,2 L:18,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada campera con atún Carne asada con panaché de verduras Fruta del tiempo, helado Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal:687 H:56,4 P:37,8 L:32,1</p>
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>Menú revisado por: Elisabet Tovar Charneca Dietista-Nutricionista Nº As. 345</p> <p><i>Existe a su disposición información sobre las sustancias causantes de alergias e intolerancias alimentarias, conforme al Reglamento nº1169/2011.</i></p>

Kcal: kilocalorías / P: proteínas / H: hidratos de carbono / L: lípidos

NOTA: Primero y segundo plato se pueden repetir. Los niños pequeños pueden disponer de un puré variado diario de verduras, patatas y legumbres en sustitución del primer plato.