

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Junio 2023

CEIP LA FRESNEDA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 Paella de pollo Filetes rusos con salsa de tomate Fruta de temporada	2 Puré de verduras Lomo adobado con patatas Fruta de temporada	VE: 2410/577 GT: 21 GS: 5 HC: 71 AZ: 17 PROT: 34 SAL: 2
5 Macarrones con boloñesa de atún Lacón al horno con ensalada Fruta de temporada	6 Potaje de garbanzos Pollo asado Fruta de temporada	7 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada Yogur	8 Ensaladilla rusa Filete de merluza al limón Fruta de temporada	9 Salteado de guisantes con jamón Ternera a la jardinera con patatas Fruta de temporada	VE: 2285/547 GT: 19 GS: 3 HC: 62 AZ: 17 PROT: 32 SAL: 2
12 Espirales con boloñesa de chorizo Filete de merluza al horno con mayonesa Fruta de temporada	13 Fabada asturiana Tortilla francesa de jamón york Fruta de temporada	14 Menestra de verduras salteadas Jamoncitos de pollo al horno con patatas Yogur	15 Crema de verduras Estofado de pavo con verduras Fruta de temporada	16 Lentejas a la riojana Albóndigas a la cazadora con ensalada Fruta de temporada	VE: 2147/514 GT: 20 GS: 5 HC: 50 AZ: 20 PROT: 29 SAL: 1
19 Ensalada de arroz Lomo adobado con champiñones salteados Fruta de temporada	20 Potaje de lentejas Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	21 Crema de verduras Costillas asadas con patatas Yogur	22 Macarrones con boloñesa de atún Filete de lenguadina a la romana con mayonesa Fruta de temporada	23 Arroz a la cubana Nuggets de pollo con ensalada Helado	VE: 2906/695 GT: 30 GS: 7 HC: 74 AZ: 17 PROT: 33 SAL: 2
26	27	28	29	30	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0