

MES: Junio 2019

COLEGIO: SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
					VE: 0 HC: 0 PROT: 0 GT: 0
3 Crema de verduras (patata, calabacín, zanahoria, cebolla, puerro) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	4 Sopa de picadillo Pollo en pepitoria con judías salteadas Yogur de soja y pan	5 Potaje de garbanzos Lomo adobado con menestra de verduras salteadas Fruta en almíbar y pan	6 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	7 Gazpacho Pavo a la plancha con patatas fritas Yogur de soja y pan	VE: 661 HC: 72 PROT: 32 GT: 28
10 Arroz milanesa (sofrito: tomate, cebolla, pimiento; guisantes, zanahoria, judía verde, frankfurt) Salchichas con zanahorias baby Fruta y pan	11 Lentejas a la riojana (patata, cebolla, zanahoria y pimiento) Carne mechada con menestra de verduras salteadas Yogur de soja y pan	12 Gazpacho Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta en almíbar y pan	13 Macarrones con salsa de tomate Filete de pollo al horno con patatas chips Postre especial y pan	14 Crema de calabacín (calabacín, patata) Chispas de merluza con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja y pan	VE: 698 HC: 86 PROT: 28 GT: 29
17 Espirales con tomate Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	18 Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al ajillo con zanahorias baby Yogur de soja y pan	19 Salmorejo Filete de merluza a la plancha con menestra de verduras salteadas Fruta en almíbar y pan	20 <b>FESTIVO</b>	21 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Lomo a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur de soja y pan	VE: 618 HC: 71 PROT: 37 GT: 21
24 <b>VACACIONES</b>	25 <b>VACACIONES</b>	26 <b>VACACIONES</b>	27 <b>VACACIONES</b>	28 <b>VACACIONES</b>	VE: 0 HC: 0 PROT: 0 GT: 0