

JUNIO

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: **aramark**

COLEGIO: NO CERDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN NUTRICIONAL	
				1 MENESTRA DE VERDURAS	KCAL	738,6
				RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA	Hidratos (g)	106,1
				PAN/ FRUTA	Lípidos (g)	23,4
					Proteínas (g)	25,9
4 CREMA DE VERDURAS	5 ARROZ A LA CUBANA	6 VERDURA TRICOLOR	7 SOPA DE VERDURAS	8 LENTEJAS CON VERDURAS	KCAL	725,1
HUEVOS AURORA	MERLUZA A LA ROMANA	PECHUGA AL LIMÓN	TORTILLA DE PATATA CON CEBOLLA	MERLUZA EN SALSA VERDE	Hidratos (g)	100,8
PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA	PAN/ LACTEO	PAN/ FRUTA	Lípidos (g)	24,3
					Proteínas (g)	24,9
11 POTAJE DE GARBANZOS	12 CREMA DE CALABACÍN	13 ARROZ CON SALSA DE TOMATE	14 ALUBIAS ESTOFADAS	15 PASTA A LA NAPOLITANA	KCAL	754,5
TORTILLA CASERA DE ATÚN	MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA	BACALAO CON VERDURITAS	POLLO ASADO	FORMAS DE PESCADO	Hidratos (g)	102,4
PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA	PAN/ LACTEO	PAN/ FRUTA	Lípidos (g)	26,1
					Proteínas (g)	27,5
18 SOPA DE POLLO CASERA CON ARROZ Y VERDURAS	19 LENTEJAS A LA JARDINERA	20 PASTA EN SALSA BOLOÑESA DE ATÚN			KCAL	746,8
MERLUZA AL HORNO	MERLUZA EN SALSA VIZCAÍNA	TORTILLA FRANCESA			Hidratos (g)	102,4
PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA	PAN/ FRUTA			Lípidos (g)	24,8
					Proteínas (g)	28,6
					KCAL	
					Hidratos (g)	
					Lípidos (g)	
					Proteínas (g)	



Visita nuestra web



www.elgustodecrecer.es

aramark