

No Carne

MES: Junio 2024

CEIP EL PARQUE HUESCA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA

**3**  
Salteado de acelgas con patatas  
Abadejo al horno con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:14 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:31 SAL:3

**4**  
Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras  
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:26 SAL:2

**5**  
Crema de zanahoria con manzana  
Abadejo al horno con patatas dado  
Fruta y pan

VE:3.319/794 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:33 PROT:22 SAL:1

**6**  
Pasta integral a la napolitana  
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas  
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:26 GS:8 HC:86 AZ:13 PROT:32 SAL:2

**7**  
Lentejas estofadas con verduras  
Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:14 GS:3 HC:109 AZ:26 PROT:39 SAL:1

**10**  
Arroz hortelano con legumbres con verduras  
Huevos rellenos de atún con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:18 GS:3 HC:108 AZ:25 PROT:26 SAL:1

**11**  
Garbanzos estofados con verduras  
Delicias de bacalao con patatas fritas  
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:45 GS:6 HC:133 AZ:38 PROT:51 SAL:1

**12**  
Sopa de pasta  
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:117 AZ:28 PROT:41 SAL:1

**13**  
Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria  
Abadejo con pisto  
Yogur y pan integral

VE:3.269/782 GT:14 GS:4 HC:61 AZ:16 PROT:36 SAL:1

**14**  
Pasta con salsa de tomate  
Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta y pan

VE:3.173/759 GT:25 GS:6 HC:99 AZ:40 PROT:36 SAL:2

**17**  
Guiso de lentejas con canela y limón  
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras  
Fruta y pan

VE:3.031/725 GT:28 GS:4 HC:87 AZ:27 PROT:30 SAL:2

**18**  
Fideuá con verduras  
Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan integral

VE:3.168/758 GT:17 GS:3 HC:91 AZ:26 PROT:36 SAL:2

**19**  
Menestra de verduras salteadas  
Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan

VE:3.089/739 GT:10 GS:1 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1

**20**  
Arroz con salsa de tomate  
Filete de merluza a la plancha con salteado de verduras  
Yogur y pan integral

VE:3.072/735 GT:32 GS:7 HC:84 AZ:14 PROT:29 SAL:1

**21**  
**FIN DE CURSO**  
Macarrones con salsa de tomate  
Abadejo al horno con patatas fritas  
Helado y pan

VE:3.315/793 GT:16 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:41 SAL:1

**24**

**25**

**26**

**27**

**28**