

MES: Junio 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

Puré de patata, puerro y
zanahorias
Tortilla francesa con arroz
salteado
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.118/746 GT:20 GS:5 HC:97 AZ:27 PROT:26 SAL:2

3

Paella de verduras
Abadejo a la bilbaína con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.235/774 GT:19 GS:1 HC:112 AZ:26 PROT:39 SAL:1

4

Salteado de menestra de
verduras al ajo tostado
Filete de lenguadina al horno
con ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.043/728 GT:17 GS:3 HC:78 AZ:24 PROT:42 SAL:2

5

Alubias estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y tomate
Yogur y pan (sin gluten)

VE:3.189/763 GT:21 GS:6 HC:79 AZ:14 PROT:41 SAL:1

6

Pasta (sin gluten) con tomate
Filete de merluza al horno con
ensalada
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.290/787 GT:25 GS:2 HC:109 AZ:27 PROT:25 SAL:1

9

Salteado de acelgas con patatas
Filete de merluza al horno con
vinagreta de citricos con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan (sin gluten)

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

10

Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa de queso con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.244/776 GT:29 GS:5 HC:120 AZ:25 PROT:26 SAL:1

11

Crema de zanahoria con
manzana
Abadejo al horno con patatas
dado
Fruta y pan (sin gluten)

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

12

Pasta (sin gluten) con tomate
Tortilla de calabacín con
ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur y pan (sin gluten)

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

13

Patatas estofadas con verduras
Filete de lenguadina al horno
con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

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

16

Sopa minestrone (sin gluten)
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y aceitunas
Fruta y pan (sin gluten)

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

17

Arroz hortelano con legumbres
con verduras
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.331/797 GT:44 GS:6 HC:135 AZ:29 PROT:39 SAL:1

18

Garbanzos estofados
Filete de merluza al horno con
patatas fritas
Fruta y pan (sin gluten)

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

19

Salteado de judías verdes con
patatas y zanahoria
Abadejo con pisto
Yogur y pan (sin gluten)

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

20

FIN DE CURSO

Macarrones (sin gluten) con
salsa de tomate
Filete de merluza al horno con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta y pan (sin gluten)

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

23

24

25

26

27

30

CELIACO SIN CARNE