

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2024

COLEGIO SAGRADO CORAZON

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
					1	2	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3	4	5	6	7	8	9	VE: 3152/754 GT: 21 GS: 4 HC: 106 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 3
Paella mixta Rabas de calamar con ensalada mixta Natillas y pan Mixed paella Squid strips with mixed salad Custard and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	Macarrones a la Española Tiras de pollo con ensalada de tomate con aceitunas Fruta de temporada y pan Spanish macaroni Chicken strips with tomato salad with olives Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	Guisado de patatas, pollo y pasta Hamburguesa de salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Potato, chicken & pasta stew Baked salmon hamburger with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	Crema de zanahoria Tortilla francesa con pasta salteada Fruta de temporada y pan Carrot cream French omelette with sautéed pasta Seasonal Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	Cocido de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Flan y pan "Cocido" with chickpeas with vegetables Baked hake with lettuce & carrot Crème caramel and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	
10	11	12	13	14	15	16	VE: 3460/828 GT: 35 GS: 7 HC: 86 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 1
Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con patatas dado Fruta de temporada y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with diced potatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	Lentejas a la riojana Bacalao a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Rioja style lentils Andalusian style codfish with green salad with olives Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	Arroz a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones) Pollo asado al romero con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Seafood rice Rosemary grilled chicken with lettuce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Guiso de ternera (patata, ternera, cebolla) Chispas de merluza con ensalada mixta Yogur y pan Beef stew Hake nuggets with mixed salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con tomate al horno Flan y pan Braised beans with vegetables Zucchini omelette with baked tomato Crème caramel and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	
17	18	19	20	21	22	23	VE: 3054/731 GT: 19 GS: 5 HC: 100 AZ: 21 PROT: 41 SAL: 1
Sopa de puchero casero (cerdo, pollo, verdura, patata) Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan Homemade stew soup (pork, chicken, vegetables, potato) Grilled chicken with vegetable stew Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Pasta a la boloñesa Abadejo a la andaluza con ensalada mixta Flan y pan Pasta in bolognese sauce Andalusian style haddock with mixed salad Crème caramel and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	Arroz con verduras y pollo Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Rice with vegetables & chicken Tuna omelette with lettuce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	Cocido de garbanzos Magro con tomate con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan "Cocido" with chickpeas Pork steak with tomatoes with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	Crema de zanahoria con picatostes Pizza con patatas chips Mousse de chocolate y pan Carrot cream with croutons Pizza with potato chips Chocolate Mousse and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	
24	25	26	27	28	29	30	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
VACACIONES 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit	VACACIONES 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit	VACACIONES 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	VACACIONES 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy	VACACIONES 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy	1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Verdura 2º Patatas y Fruta	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses