



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
EL ULTIMO DÍA DE SERVICIO DE COMEDOR SERÁ EL 22 DE JUNIO. FELIZ VERANO				1 Lentejas estofadas Merluza al horno con ensalada variada Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	2 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	3 (**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	Kcal: 763 HC: 87 Prot: 49 Lip: 29
4 Fideuá de pollo San Marino (merluza, jamón york y queso) con verduras salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos	5 Sopa minestrone Pollo con cítricos con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Arroz y Fruta	6 Ensalada completa Estofado de magro a la jardinera con lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Fruta	7 Olleta alicantina Tortilla de queso con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	8 Arroz con tomate Caella a la andaluza con lechuga y maíz Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	9 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	10 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Kcal: 695 HC: 78 Prot: 30 Lip: 31
11 Crema de zanahoria Pollo a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos	12 Ensalada completa Paella valenciana Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	13 Espirales boloñesa Palometa a la griega con lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	14 Lentejas estofadas (calabaza, pimiento, tomate, patata, arroz) Huevos revueltos con atún con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	15 Sopa de fideos Hamburguesa completa con patatas fritas Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	16 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	17 (**) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 761 HC: 88 Prot: 28 Lip: 34
18 Crema de calabacín Estofado de pavo con cebolla y champiñones Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos	19 Sopa de cocido Cocido completo con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	20 Paella de verduras Merluza a la romana con lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	21 Patatas marinera Tortilla campesina con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	22 Espaguetis gratinados Nuggets de pollo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	23 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	24 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	Kcal: 714 HC: 89 Prot: 31 Lip: 30
25 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	26 (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	27 <b>FELIZ</b> (**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	28 <b>VERANO</b> (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	29 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	30 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (*) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Lácteos		Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0