

COLEGIO NTRA. SRA. DEL SAGRADO CORAZÓN

MENÚ ESCOLAR - JUNIO 2022 - 3 AÑOS

		MIÉRCOLES 1		JUEVES 2		VIERNES 3			
		POTAJE DE GARBANZOS (3,4,14) con espinaca y bacalao TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CON TOMATE FRUTA		CARRONES ITALIANA (1,3,6, FARITAS DE MERLUZA (1,4 ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA		CREMA DE CALABACÍN (14) MAGRO A LA JARDINERA PATATAS FRITAS YOGUR (7)			
LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10	
LENTEJAS ESTOFADAS (14) con verdura SALCHICHAS DE PAVO (6) CALABACÍN ROMANA (1,2,4,7,14) FRUTA		CREMA REINA (14) MERLUZA ROMANA (1,2,3,4,7,14) ENSALADA CON ACEITUNAS ACTIMEL (7)		SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO (14) pollo, patatas, zanahoria, garbanzos, ternera, chorizo FRUTA		ARROZ CON TOMATE SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA		CREMA DE VERDURAS (14) PASTEL VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,14) ENSALADA CON MAÍZ YOGUR (7)	
LUNES 13		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17	
ARROZ TRES DELICIAS (2,3,14) LOMO SAJONIA (6) GUISANTES REHOGADOS (14) FRUTA		ALUBIAS BLANCAS (14) guisadas TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CON TOMATE ACTIMEL (7)		JUDÍAS VERDES (14) con patata POLLO GUISADO PATATAS FRITAS FRUTA		FIDEUA (1,3,6,7) PESCADILLA AL LIMÓN (4) ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA		SOPA DE VERDURAS (1,3,10,14) HENQUINES (1,2,3,4,6,7,13) ENSALADA CON MAÍZ HELADO (7)	
LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24	
CREMA DE CALABACÍN (14) BONDIGAS DE TERNERA (1,6,14) PATATAS FRITAS FRUTA		FIDEUA (1,3) con verduras BACALAO EN SALSAS VERDES (3,4,14) ENSALADA CON ZANAHORIA ACTIMEL (7)		SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO (14) pollo, patatas, zanahoria, garbanzos, ternera, chorizo FRUTA		CREMA DE CALABACÍN (14) CHULETAS Y CALAMARES (1,2,4,7, ENSALADA CON MAÍZ FRUTA		ENTREMESAS PERRITO CALIENTE (1,11,14) PATATAS CHIPS HELADO (7)	

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

1-GLUTEN

4-PESCADO

7-LECHE

10-APIO

13-MOLUSCOS

2-CRUSTACEOS

5-FRUTOS DE CÁSCARA

8-CACAHUETES

11-SESAMO

14-SULFITOS

3-HUEVO

6-SOJA

9-MOSTAZA

12-ALTRAMUCES

INFORMACIÓN NUTRICIONAL



Estimados padres:

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

		MIÉRCOLES 1		JUEVES 2		VIERNES 3			
		Kilocalorías	725	Kilocalorías	810	Kilocalorías	##		
		Lípidos	27	Lípidos	28	Lípidos	27		
		Proteínas	31	Proteínas	24	Proteínas	29		
		Hidratos carbono	83	Hidratos carbono	105	Hidratos carbono	62		
LUNES 6		MARTES 7		MIÉRCOLES 8		JUEVES 9		VIERNES 10	
Kilocalorías	780	Kilocalorías	599	Kilocalorías	774	Kilocalorías	709	Kilocalorías	##
Lípidos	28	Lípidos	27	Lípidos	27	Lípidos	22	Lípidos	22
Proteínas	33	Proteínas	29	Proteínas	38	Proteínas	28	Proteínas	15
Hidratos carbono	96	Hidratos carbono	52	Hidratos carbono	89	Hidratos carbono	94	Hidratos carbono	63
LUNES 13		MARTES 14		MIÉRCOLES 15		JUEVES 16		VIERNES 17	
Kilocalorías	530	Kilocalorías	572	Kilocalorías	715	Kilocalorías	665	Kilocalorías	##
Lípidos	15	Lípidos	24	Lípidos	22	Lípidos	16	Lípidos	29
Proteínas	27	Proteínas	19	Proteínas	57	Proteínas	35	Proteínas	16
Hidratos carbono	72	Hidratos carbono	61	Hidratos carbono	69	Hidratos carbono	85	Hidratos carbono	63
LUNES 20		MARTES 21		MIÉRCOLES 22		JUEVES 23		VIERNES 24	
Kilocalorías	672	Kilocalorías	664	Kilocalorías	774	Kilocalorías	514	Kilocalorías	##
Lípidos	34	Lípidos	17	Lípidos	27	Lípidos	24	Lípidos	30
Proteínas	22	Proteínas	38	Proteínas	38	Proteínas	24	Proteínas	14
Hidratos carbono	64	Hidratos carbono	82	Hidratos carbono	89	Hidratos carbono	49	Hidratos carbono	85