



# Junio - Sin Melón



# CEIP Jesus



## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES



857 Kcal 41,88 Gr 41,07 Prot 82,94 HC

1

Crema de Calabacín  
Lomo Adobado  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

818 Kcal 24,88 Gr 45,31 Prot 108,80 HC

2

Arroz Caldoso de Pollo y Verduras 1T-9T-11T-12T  
Rape a la Vizcaína 1-4-5-6-7T-8T-9T-11T-12T  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Zanahoria  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)



922 Kcal 34,59 Gr 37,31 Prot 122,22 HC

3

Lentejas con Verduras y Patata 1T-9T-11T-12T  
Tortilla de Jamón York 2T-3-8T-18T  
Ensalada de Manzana y Zanahoria  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

651 Kcal 18,09Gr 37,09 Prot 90,09 HC

4

Macarrones Integrales con Verduras y Tomate 1-3T  
Merluza a la Gallega 1T-4-7T-9T-11T-12T  
Ensalada de Tomate y Maiz  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)

885 Kcal 26,90 Gr 57,75 Prot 108,91 HC

5

Potaje de Garbanzos 1-3-8T-9T-11T-12T  
Pechuga en Salsa Pomodoro  
Ensalada de Tomate y Zanahoria  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)



879 Kcal 33,16 Gr 27,19 Prot 125,75 HC

8

Arroz al Horno 1T-7T-9T-11T-12T  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

688 Kcal 27,49 Gr 26,48 Prot 87,83 HC

9

Lentejas con Verduras y Patata 1T-9T-11T-12T  
Tortilla Francesa 3  
Ensalada de Tomate y Zanahoria  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)



847 Kcal 31,35 Gr 36,96 Prot 109,26 HC

10

Crema de Verduras  
Pollo Rustido  
Ensalada de Lechuga y Maiz  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

692 Kcal 19,81Gr 44,35 Prot 89,00 HC

11

Macarrones Integrales a la Napolitana 1-3T  
Fogonero a la Bilbaina 1T-4-5T-6T-7T-9T-11T-12T-13  
Ensalada de Col, Zanahoria y Manzana  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)

1.058 Kcal 27,77 Gr 37,83 Prot 168,22 HC

12

Pizza de Jamón y Queso 1-2-4T-8T-11T-18  
Guiso de Garbanzos, Calabaza, Judía Verde y Patata 1T-9T-11T-12T  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)



814 Kcal 31,30 Gr 27,84 Prot 110,86 HC

15

Lentejas Estofadas 1T-9T-11T-12T  
Tortilla Francesa con Brócoli 3  
Ensalada de Manzana y Zanahoria  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

740 Kcal 35,66 Gr 34,21 Prot 72,70 HC

16

Crema de Calabacín  
Pollo en Salsa Jardinera  
Ensalada de Lechuga y Remolacha  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)



908 Kcal 33,87 Gr 28,90 Prot 129,31 HC

17

Alubias con Arroz 1T-9T-11T-12T  
Tortilla de Patatas 3  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Zanahoria  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

705 Kcal 21,03Gr 44,37 Prot 89,81 HC

18

Macarrones Integrales con Verduras y Tomate 1-3T  
Limanda en Salsa Verde 4  
Ensalada de Tomate y Maiz  
Pan Integral 1-8T-11T    
Fruta Ecológica (Excepto melón)

878 Kcal 29,20 Gr 30,84 Prot 129,89 HC

19

Arroz a la Cubana  
Longanizas a la Plancha 13  
Ensalada de Tomate y Zanahoria  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Fruta de Temporada (Excepto melón)

974 Kcal 41,01 Gr 48,44 Prot 109,17 HC

22

Entremeses de Jamón y Queso 2-8T-18  
Paella Valenciana 1T-9T-11T-12T  
Ensalada Especial 4  
Pan Blanco 1-8T-11T  
Helado 2-3T-7T-9T-18



Kcal Gr Prot HC

23

Kcal Gr Prot HC

24

Kcal Gr Prot HC

25

Kcal Gr Prot HC

26

# VACACIONES



Fruta ecológica que se proporcionará al centro: manzana golden, naranja, banana, manzana royal.

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescados y mariscos 5-Crustaceos 6-Moluscos 7-Cacahuetes 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 17-Legumbres 18-PLV

