

## MENÚ PRIMARIA - JUNIO 2018

	Lunes				Martes				Miércoles				Jueves				Viernes			
	3				4				5				6				7			
<b>Primero</b>	Pasta marinera				Paella valenciana				Crema de zanahoria y puerro				Lentejas con calabaza				Sopa bullabesa			
<b>Segundo</b>	Lomo adobado. Aros de cebolla				Quesitos. Ensalada variada				Filete de limanda rebozado. Ensalada de tomate a rodajas				Tortilla de jamón york. Ensalada variada				Empanadillas de atún al horno. Ensalada César			
<b>Postre</b>	Fruta variada				Fruta variada				Fruta variada				Fruta variada				Postre lácteo variado			
<b>Valor Nutricional</b>	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)
	711	33	92	24	722	26	91	29	650	27	90	20	657	29	84	25	652	25	84	23
<b>Propuestas cenas</b>	Ensalada de patata, tomate, caballa y huevo. Pan y fruta.				Judías verdes salteadas. Mejillones al vapor. Pan y fruta.				Sopa de fideos. Tortilla de calabacín. Pan y yogur.				Vichyssoise. Chuleta de cerdo. Pan y fruta.				Pollo al horno con patata y verduras pan y fruta.			
	10				11				12				13				14			
<b>Primero</b>	Macarrones boloñesa				Cocido valenciano				Arroz a la murciana				Lentejas jardinera				Fideua del Senyoret			
<b>Segundo</b>	Croquetas de merluza y gambas. Ensalada de zanahoria y maíz				Pollo al ajillo. Patatas al horno				Sardinias en aceite. Ensalada César				Longanizas asadas. Tomate frito				Queso en lonchas. Ensalada de tomate, zanahoria y maíz			
<b>Postre</b>	Yogur variado				Fruta variada				Fruta variada				Fruta variada				Fruta variada			
<b>Valor Nutricional</b>	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)
	703	25	91	24	665	34	84	22	631	24	88	20	727	33	80	32	638	30	75	25
<b>Propuestas cenas</b>	Ensalada verde. Huevos cocidos con patata cocida. Pan y fruta.				Crema de guisantes. Platija al horno con cebolla y tomate. pan y fruta.				Carne de pavo estofada con verduritas. Pan y fruta.				Ensalada variada. Fajita rellena de atún y tomate. Pan y yogur.				Hervido valenciano. Tortilla francesa. Pan y fruta.			
	17				18				19											
<b>Primero</b>	Puré de calabacín.				Olleta valenciana				Canelones gratinados											
<b>Segundo</b>	Rabas de calamar al horno. Ensalada César				Tortilla de patatas. Ensalada mixta				Pechuga de pavo. Ensalada de tomate a rodajas											
<b>Postre</b>	Yogur variado				Fruta variada				Fruta variada											
<b>Valor Nutricional</b>	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kcal	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)								
	699	30	81	25	633	24	83	25	651	32	92	28								
<b>Propuestas cenas</b>	Ensalada de canónigos y nueces. Sandwich mixto. Pan y fruta				Crema de brocoli. Filete de lubina con tomate. pan y fruta.				Gazpacho. Huevo frito con patata al vapor. Pan y fruta.											

|

|