

*En junio
la fruta parece
viva*



FRAMBUESAS

PERITAS
DE SAN JUAN



MELOCOTÓN DE AGUA



BREVAS



ALBARICOQUE



HOSTESER

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

KC: Energía (Kcal)
 PR: Proteínas (g)
 LI: Lípidos (g)
 HC: Hidratos de carbono (g)
 CA: Calcio (mg)
 FE: Hierro (mg)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	31	01 Bocadillo (media mañana) Paella Alcachofas con jamón Merluza en salsa verde con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:815 PR:67 LI:25 HC:85 CA:286 FE:18	02 Bocadillo (media mañana) Puré de zanahoria Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa con ensalada Fruta - Lácteo KC:409 PR:21 LI:9 HC:65 CA:144 FE:5
05 Bocadillo (media mañana) Arroz con tomate Crema de verduras Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	06 Bocadillo (media mañana) Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Jamón asado en su jugo con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:726 PR:32 LI:24 HC:71 CA:152 FE:8	07 Bocadillo (media mañana) Patatas con magro Brócolis rehogados Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo KC:648 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6	08 Bocadillo (media mañana) Fideuá Vichyssoise Limanda a la romana con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:730 PR:57 LI:28 HC:61 CA:265 FE:17	09 Bocadillo (media mañana) Puré de calabaza Guisantes con jamón Canelones gratinados Fruta - Lácteo KC:758 PR:46 LI:28 HC:83 CA:572 FE:6
12 Bocadillo (media mañana) Macarrones boloñesa Crema de calabacín Lacón en salsa con ensalada Fruta - Lácteo KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6	13 Bocadillo (media mañana) Judías blancas estofadas Pisto manchego Tortilla de patatas con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:876 PR:41 LI:47 HC:74 CA:241 FE:10	14 Bocadillo (media mañana) Gazpacho Coliflor rehogada Pollo a la milanesa con ensalada Fruta - Lácteo KC:684 PR:25 LI:18 HC:47 CA:116 FE:4	15 Bocadillo (media mañana) Paella Sopa Juliana Calamares a la andaluza con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:709 PR:51 LI:27 HC:70 CA:210 FE:18	16 🇪🇸 FESTIVO FIESTA FIN DE CURSO
19 Bocadillo (media mañana) Coditos carbonara Crema de calabacín Escalopines provenzal con ensalada Fruta - Lácteo KC:824 PR:46 LI:35 HC:82 CA:114 FE:6	20 Bocadillo (media mañana) Lentejas estofadas con verduras Ensalada rosse Albóndigas en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:742 PR:33 LI:20 HC:72 CA:147 FE:9	21 Bocadillo (media mañana) Salmorejo Panache de verduras Croquetas , empanadillas y jamón jork a la plancha Fruta - Lácteo KC:673 PR:21 LI:32 HC:67 CA:235 FE:4	22 Bocadillo (media mañana) Arroz con tomate Crema hortelana Huevos fritos con patatas Fruta (a elegir entre dos) KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	23 🏖️ VACACIONES
26 🏖️ VACACIONES	27 🏖️ VACACIONES	28 🏖️ VACACIONES	29 🏖️ VACACIONES	30 🏖️ VACACIONES