

Menú

BASAL INFANTIL

JUNIO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COMIDA	1 Macarrones integrales al pomodoro (tomate y albahaca) Tortilla de patatas con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta del tiempo y pan integral	2 Alubias blancas guisadas con verduras (calabaza y cebolla) Lomo rebozado con ensalada (lechuga, aceitunas y pepino) Fruta del tiempo	3 Crema de calabacín (*) Contramuslo de pollo al horno con samfaina (tomate, pimientos, cebolla y berenjena) Fruta del tiempo y pan integral	4 Judía verde con patata Lentejas ECO estofadas con puerros y zanahoria Fruta del tiempo	5 Arroz 3 delicias (jamón cocido, zanahoria rallada y maíz) Pescadilla al horno con limón y ensalada (tomate y lechuga) Yogur sostenible natural sin azúcar
CENA	Coliflor gratinada Salmón al papillote con espárragos Yogur	Espinacas con patata Rollitos de primavera con calabacín al horno Yogur	Ensalada de quinoa Huevos estrellados con verduritas Yogur	Ensalada del huerto Pinchos de ternera adobados con cuscús Quéfir	Hamburguesa vegetal completa con patatas Fruta del tiempo
COMIDA	8 (*) Crema de verduras sin picatostes (zanahoria y cebolla) Butifarra de payés al horno con ensalada (lechuga, tomate y aceitunas) Fruta del tiempo y pan integral	9 Arroz con sofrito de tomate Tortilla francesa con ensalada (pepino, zanahoria y maíz) Fruta del tiempo	10 Pizza margarita Garbanzos ECO guisados con verduras (calabacín y zanahoria) Fruta del tiempo y pan integral	11 Fideuà vegetal (judía verde, calabaza y cebolla) (*) Merluza rebozada con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur sostenible natural sin azúcar	12 Guisantes salteados con cebolla y patata Contra muslo de pollo al ajillo con ensalada (lechuga, zanahoria y aceitunas) Fruta del tiempo
CENA	Tostada de escalivada Bacalao al horno con ensalada Yogur	Alubias blancas al ajillo Pechuga de pavo con verduras a la plancha Yogur	Wok de verduras Pescadilla a la plancha con ensalada Yogur	Vichyssoise Cabeza de lomo al horno con moniato Fruta del tiempo	Ensalada verde con frutos secos Remendado de huevo con champiñones Yogur
COMIDA	15 Brócoli y patata al vapor Lentejas ECO estofadas con arroz Fruta del tiempo	16 Puré de calabaza y coliflor Hamburguesa de ternera a la plancha con ensalada (lechuga, tomate y aceitunas) Fruta del tiempo y pan integral	17 Arroz con verduras (zanahoria, puerros y champiñones) Tilapia con patata panadera al horno Fruta del tiempo y pan integral	18 Garbanzos saltados con pimientos y cebolla Tortilla de calabacín con ensalada (lechuga, maíz y pepino) Fruta del tiempo ECO	19 MENÚ FINAL DE CURSO Espirales de tres colores con albahaca Pollo rebozado con ensalada (lechuga, zanahoria y aceitunas) (*) Yogur sostenible natural sin azúcar
CENA	Melón con jamón Lenguado a la plancha con ensalada Yogur	Ensalada de pasta Tortilla de patatas y espárragos Yogur	Acelgas saltadas con uvas pasas Pavo al horno con ensalada Yogur con frutos secos	Gaspacho Croquetas de espinacas con chips de berenjena Yogur	Ensalada de quinoa con gambas y aguacate Fruta del tiempo
COMIDA					
CENA					
COMIDA					
CENA					