

MENÚ JUNIO INFANTIL AYS

INFANTIL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	ENSALADA CON ATÚN  ARROZ Y MAGRA  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CON HUEVO  PASTA BOLOÑESA  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE  COCIDO MURCIANO  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE  ESTOFADO DE TERNERA  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE HORTALIZAS  GUIZO DE MERLUZA CON  VERDURITAS  PAN INTEGRAL  FRUTA O YOGUR 
	Kcal 484 prot 19% gluc 44% lip 37%	Kcal 549 prot 16% gluc 56% lip 28%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%	Kcal 505 prot 12% gluc 60% lip 28%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%
SEMANA 2	FESTIVO	ENSALADA CON ATÚN  ARROZ CON GARBANZOS  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE PASTA  GUIZO DE POLLO CON  VERDURITAS  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CON JAMÓN  COCIDO  LENTEJAS ESTOFADAS CON  VERDURITAS  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE  ARROZ A LA CUBANA  (SALCHICHA Y TORTILLA  FRANCESA) CON TOMATE  PAN BLANCO  FRUTA O YOGUR 
		Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 481 prot 16% gluc 58% lip 26%	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%
SEMANA 3	ENSALADA CON QUESO  ESPIRALES CON CABALLA  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	OLLA GITANA  SALCHICHA DE POLLO  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CON HUEVO  ARROZ Y POLLO  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	LECHUGA Y ATÚN  PURÉ DE CALABACIN  TORTILLA DE PATATAS  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE HORTALIZAS  GUIZO DE MAGRA CON  VERDURITAS  PAN BLANCO  FRUTA O YOGUR 
	Kcal 572 prot 14% gluc 58% lip 27%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 505 prot 12% gluc 60% lip 28%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%	Kcal 535 prot 15% gluc 62% lip 23%
SEMANA 4	ENSALADA ATÚN  LENTEJAS ESTOFADAS  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	FIN DE CURSO			
	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%				



MENÚ JUNIO PRIMARIA AYS

PRIMARIA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	ENSALADA CON ATÚN ARROZ Y MAGRA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HUEVO PASTA INTEGRAL BOLOÑESA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE COCIDO MURCIANO PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS PATATAS PANADERAS Y MERLUZA EN SALSA VERDE PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 674 prot 18% gluc 46% lip 36%	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 792 prot 9% gluc 65% lip 26%	Kcal 867 prot 14% gluc 54% lip 32%
SEMANA 2	FESTIVO	ENSALADA CON ATÚN ARROZ Y GARBANZOS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA POLLO A LA MURCIANA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON JAMÓN COCIDO LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ARROZ A LA CUBANA (SALCHICHA Y TORTILLA FRANCESA) CON TOMATE PAN BLANCO FRUTA O YOGUR
		Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 736 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 867 prot 15% gluc 58% lip 28%
SEMANA 3	ENSALADA CON QUESO ESPIRALES CON CABALLA PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	OLLA GITANA SALCHICHA DE POLLO PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HUEVO ARROZ Y POLLO PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	LECHUGA Y ATÚN PURÉ DE CALABACÍN TORTILLA DE PATATAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS PATATAS CHIP CON LOMO AL HORNO PAN BLANCO FRUTA O YOGUR
	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%
SEMANA 4	ENSALADA CON ATÚN LENTEJAS ESTOFADAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	FIN DE CURSO			
	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%				

