

MENÚ JUNIO INFANTIL AYS

INFANTIL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	ENSALADA CON ATÚN LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURITAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HORTALIZAS ESPIRALES INTEGRALES CON CABALLA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	OLLA GITANA TORTILLA FRANCESA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HUEVO ARROZ Y MAGRA 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	PUENTE 	FESTIVO 	ENSALADA VERDE ARROZ A LA CUBANA (SALCHICHA Y TORTILLA FRANCESA) CON TOMATE PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE COCIDO MURCIANO PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HUEVO COCIDO ALETRIA DE PESCADO BLANCO CON VERDURAS FRUTA O YOGUR
		Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%	Kcal 481 prot 16% gluc 58% lip 26%
SEMANA 3	ENSALADA CON QUESO PASTA INTEGRAL CON SALMÓN PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE COLORES MERLUZA EN SALDA VERDE CON PATATAS PANADERAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON ATÚN ARROZ CON GARBANZOS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA GUIZO DE POLLO CON VERDURITAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA ESPIRALES BOLOÑESA PAN INTEGRAL 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 VERDE ESPIRALES CON ATÚN PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO				
	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%				



MENÚ JUNIO PRIMARIA AYS

PRIMARIA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	ENSALADA CON ATÚN LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS ESPIRALES INTEGRALES CON CABALLA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	OLLA GITANA TORTILLA FRANCESA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON HUEVO ARROZ CON MAGRA PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 674 prot 18% gluc 46% lip 36%	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 792 prot 9% gluc 65% lip 26%	Kcal 867 prot 14% gluc 54% lip 32%
SEMANA 2	PUENTE	FESTIVO	ENSALADA VERDE ARROZ A LA CUBANA (SALCHICHA Y TORTILLA FRANCESA) CON TOMATE PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE COCIDO MURCIANO PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
			Kcal 796 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%
SEMANA 3	ENSALADA CON QUESO PASTA INTEGRAL CON SALMÓN PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE COLORES MERLUZA EN SALSA VERDE CON PATATAS PANADERAS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA MEDITERRANEA ARROZ CON GARBANZOS PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA POLLO A LA MURCIANA PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO	FIN DE CURSO HAMBURGUESA DE POLLO CON PATATAS CHIPS CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA O YOGUR
	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%
SEMANA 4	ENSALADA VERDE ESPIRALES CON ATÚN PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO				
	Kcal 696 prot 16% gluc 54% lip 30%				

