



# junio-18

## MENÚ GENERAL

														VIERNES 1					
														JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON		0			
														MERLUZA AL HORNO CON PATATAS		4, 12			
														FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7			
														Kcal.	Prot.	Lip	H.C.		
														675	27	32	70		
LUNES 4				MARTES 5				MIÉRCOLES 6				JUEVES 7				VIERNES 8			
CREMA DE CALABACÍN		12		GUISANTES REHOGADOS		0		TALLARINES INTEGRALES A LA CARBONARA		1, 3, 7		BROCOLI CON MAHONESA		3		ARROZ CON COSTILLAS		0	
BACALAO A LA RIOJANA CON PATATAS		4, 12		FILETE DE CINTA DE LOMO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE		0		LIMANDA REBOZADA CON GUARNICIÓN DE CHAMPIÑONES		1, 3, 4		SAN JACOBOS CASEROS CON PATATAS PANADERA		1, 3, 7, 12		HUEVOS AL PLATO CON JAMÓN Y GUISANTES		3	
FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		YOGUR BEBIBLE Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7	
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
748	26	26	103	799	31	41	76	703	31	24	92	777	27	46	63	609	22	22	81
LUNES 11				MARTES 12				MIÉRCOLES 13				JUEVES 14				VIERNES 15			
MENESTRA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO		0		ENSALADA DE JUDÍAS BLANCAS		0		PAELLA DE MARISCO Y POLLO		1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13		PURÉ DE VERDURAS FRESCAS		9, 12		MACARRONES BOLOÑESA		1, 3	
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ		3, 12		RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS		0		FILETE DE CAELLA CON RODAJA DE TOMATE NATURAL		4		ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PATATAS		1, 3, 12		MERLUZA EN SALSA MARINERA		3, 4, 13	
FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN INTEGRAL		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		YOGUR Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7	
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
657	22	30	75	757	32	30	88	719	31	30	82	777	28	36	84	793	36	28	100
LUNES 18				MARTES 19				MIÉRCOLES 20				JUEVES 21				VIERNES 22			
JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS		0		ENSALADA CAMPERA		3, 4, 12		PURÉ DE ZANAHORIAS Y PATATA		12		COMIDA ESPECIAL FIN DE CURSO		ARROZ CON TOMATE		0			
LIMANDA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS		1, 3, 4, 12		CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ZANAHORIA BABY		1, 3		FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS		12				HUEVO REVUELTO CON BACÓN Y PATATAS PANADERA		3, 12			
FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7		FLAN Y PAN		1, 7		FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7				FRUTA, LECHE Y PAN		1, 7			
Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.					Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
836	33	30	108	858	26	47	83	640	27	18	93					772	23	31	101

\*LA VERSIÓN EN INGLÉS DE ESTE MENÚ PUEDE CONSULTARSE A TRAVÉS DE LA PÁGINA WEB DE COESPA, WWW.COESPA.ES

MENUS ELABORADOS Y CALIBRADOS POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICION DE SISTEMAS INTEGRALES DE CALIDAD, S.L.U. CIF: B82196874. Servicio de Valoracion Nutricional Certificado por ISO 9001:2008.

LEYENDA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LACTEO	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITOS	MOLUSCOS	ALTRAMUCES

