

Junio 2024

Colegio San Ignacio de Loyola

LUNES 3					MARTES 4					MIÉRCOLES 5					JUEVES 6					VIERNES 7				
Potaje de verduras					Potaje de judías					Crema de calabaza					Sopa de letras					Crema de zanahorias				
Macarrones con atún					Cinta de cerdo con arroz en salsa agri dulce					Tacos de pescado					Tortilla de papas					Estofado de pollo				
Postre lácteo					Fruta natural					Ensalada					Tomate aliñado					Fruta natural				
V. N.	606,0	21,0	23,0	81,0	582,0	15,0	38,0	75,0	467,0	24,0	24,0	38,0	509,0	28,0	22,0	43,0	374,0	17,0	25,0	30,0				
Propuesta Cenas	Arroz + Carne + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta				Patata + Huevo + Fruta				Verduras + Carne + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta							
LUNES 10					MARTES 11					MIÉRCOLES 12					JUEVES 13					VIERNES 14				
Crema de verduras					Crema de calabacín					Potaje de lentejas					Potaje de berros					Ensalada de pasta				
Albóndigas en salsa					Pescado empanado					Cinta de lomo a la casera					Paella mixta					Muslo de pollo				
Arroz					Tomate aliñado					Papas					Tomate aliñado					Verduras salteadas				
Postre lácteo					Fruta natural					Fruta natural					Postre lácteo					Fruta natural				
V. N.	746,0	48,0	17,0	63,0	478,0	27,0	16,0	40,0	558,0	16,0	38,0	63,0	666,0	23,0	30,0	81,0	649,0	31,0	40,0	53,0				
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta				Arroz + Carne + Fruta				Verdura + Huevo + Fruta				Patata + Carne + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta							
LUNES 17					MARTES 18					MIÉRCOLES 19					JUEVES 20					VIERNES 21				
Potaje de verduras					Crema de calabaza					Crema de espinacas					Potaje de judías					Pasta a la carbonara				
Arroz a la cubana con salchichas y huevo a la francesa					Fingers					Pescado					Tortilla de papas					Delicias de pollo				
Postre lácteo					Ensalada					Papas					Jamón					Tomate aliñado				
Postre lácteo					Fruta natural					Postre lácteo					Fruta natural					Helado				
V. N.	632,0	24,0	21,0	86,0	507,0	25,0	30,0	40,0	324,0	16,0	11,0	33,0	578,0	25,0	27,0	63,0	765,0	39,0	36,0	62,0				
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Fruta				Verdura + Huevo + fruta				Legumbre + Carne + Fruta				Arroz + Pescado + Fruta				Verdura + Carne + Fruta							

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogueño, lenguado y merluza

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Lípidos / Proteínas / Hidratos Carbono

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

mediterránea