



SAGRADO CORAZON - ANUNCIATA

Junio 25

LUNES

2

Sopa de letras
Albondigas de ternera en salsa
Zanahorias baby
Fruta de temporada

KCal 590 Lip 28 HC 35 Prot 47,1

9

Espaguetti a la napolitana
Tortilla de patata y chorizo
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

KCal 716 Lip 26,6 HC 88,4 Prot 26,8

16

Judias verdes con bacón
Carne guisada
Patatas
Fruta de temporada

KCal 504 Lip 18 HC 44 Prot 36

23

Fusilli con tomate y queso
Filete de pavo con salsa de mostaza
Patatas fritas
Fruta de temporada

KCal 789 Lip 49 HC 49 Prot 33

MARTES

3

Alubias blancas con calabaza
Limanda en tempura
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

KCal 767 Lip 25,7 HC 80,9 Prot 42,7

10

Guisantes con jamón
Longanizas frescas a la plancha
Patatas fritas
Fruta de temporada

KCal 686 Lip 61 HC 43 Prot 26

17

Arroz con verduras
Pinchitos de pollo en adobo
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

KCal 811 Lip 34 HC 93 Prot 32

VACACIONES
DE VERANO

MIÉRCOLES

4

Macarrones con salsa de queso
Tortilla de patata
Panache de verduras
Fruta de temporada

KCal 781 Lip 33,9 HC 89 Prot 25

11

Lentejas jardinera
San jacob de jamón y queso
Zanahoria y calabacín salteados
Fruta de temporada

KCal 749 Lip 68 HC 40 Prot 33

18

Crema de Verduras natural
Limanda rebozada
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

KCal 545 Lip 30 HC 36 Prot 32

Energía en kcal. Proteínas, lípidos e hidratos de carbono en gramos. Los datos que se muestran de la valoración nutricional son aproximados.

JUEVES

5

Crema de zanahoria
Filete pollo plancha
Ensalada de tomate
Yogur

KCal 560 Lip 32 HC 31,9 Prot 34

12

Crema de calabacín
Merluza a la marinera
Ensalada de lechuga y aceitunas
Natillas

KCal 833 Lip 39 HC 71 Prot 44

19

Lentejas estofadas
Huevos revueltos
Ensalada de tomate
Yogur

KCal 755 Lip 28 HC 64 Prot 57



VIERNES

6

Wok de arroz con verduras
Abadejo a la romana
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

KCal 812 Lip 21,2 HC 112 Prot 39,5

13

Paella de verduras
Filete de pollo
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

KCal 504 Lip 18 HC 44 Prot 36

20

Tallarines carbonara
Albondigas de ternera
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

KCal 789 Lip 49 HC 49 Prot 33

