

MENÚ ESCOLAR 2.020/2.021

	1ª SEMANA Del 24/05 al 28/05	2ª SEMANA Del 31/05 al 04/06	3ª SEMANA Del 07/06 al 11/06	4ª SEMANA Del 14/06 al 18/06	5ª SEMANA Del 21/06 al 25/06		
LUNES	Ensalada de espirales con tomate, pimiento y atún Kcal: 608 Pavo a la plancha con lechuga y maíz Fruta de temporada	Paella mixta Huevos rellenos de atún con lechuga Fruta de temporada Kcal: 574	Ensalada de pasta con tomate, pavo y queso Kcal: 610 (1) hamburguesa de cerdo con menestra Fruta de temporada	Sopa de picadillo Tortilla de patatas con tomate en rodajas Fruta de temporada Kcal: 634	Macarrones con tomate y queso Kcal: 579 Pollo al ajillo con champiñones Fruta de temporada		
MARTES	Lentejas con zanahoria, calabacín y berenjena. Kcal: 616 Tortilla de patatas y tomate aliñado Fruta de temporada	Puchero con arroz Limanda frita con zanahorias cocidas y rehogadas con ajo Fruta de temporada Kcal: 615	(2) Patatas a la riojana Bacalao al horno con tomate y aceitunas Fruta de temporada Kcal: 597	Ensalada con lechuga, tomate, cebolla, maíz zanahoria y aceitunas. Estofado con patatas y ternera Kcal: 573 Fruta de temporada	Crema de coliflor y zanahorias Fritura variada con tomate aliñado Fruta de temporada Kcal: 581		
MIERCOLES	Arroz tres delicias Bacalao al horno con lechuga y zanahoria Fruta de temporada Kcal: 611	(2) Lacitos con chorizo Pollo a la plancha con lechuga y aceitunas Fruta de temporada Kcal: 583	Crema de calabaza Contramuslo de pollo en salsa de cebolla con patatas fritas Fruta de temporada Kcal: 591	Espaguetis con tomate pavo Kcal: 625 Empanadillas de atún con lechuga y aceitunas Fruta de temporada	Arroz a la cubana con salchichas de pavo y huevo a la plancha Fruta de temporada Kcal: 640		
JUEVES	Ensalada de tomate con queso fresco. Patatas guisadas con verduras y ternera Fruta de temporada Kcal: 552	Crema de puerros con manzana Merluza al limón con rodajas de tomate Fruta de temporada Kcal: 574	Lentejas con arroz Tortilla con pavo y lechuga con zanahoria Fruta de temporada Kcal: 586	Crema de puerros Pinchitos de pavo con patatas fritas Fruta de temporada Kcal: 579	Comida especial día de fin de curso		
VIERNES	Crema de zanahorias Croquetas de merluza con lechuga. Yogur Kcal: 583	Potaje de alubias con calabaza Tortilla de calabacín con lechuga y maíz Helado Kcal: 612	Día no Lectivo	Potaje de garbanzos con zanahoria, patatas y calabacín Merluza al horno con lechuga y zanahoria Yogur Kcal: 594			
v. NUTRIC.							

Durante esta temporada serviremos las siguientes frutas