

# MENÚ DE: JUNIO-SIN LACTOSA.

COLEGIO Apóstol Santiago Vigo.



## LUNES

Kcal	HC	Lip	Prot

## MARTES

Kcal	HC	Lip	Prot
1			
Ensaladilla rusa.			
Pollo asado al limón con ensalada.			
Postre SL.			

## MIÉRCOLES

Kcal	HC	Lip	Prot
2			
Empanadillas de atún.			
Lomo de bacalao en tempura con ensalada.			
Fruta de temporada.			

## JUEVES

Kcal	HC	Lip	Prot
3			
Judías verdes con tomate y huevo.			
Farfalle boloñesa.			
Postre SL.			

## VIERNES

Kcal	HC	Lip	Prot
4			
Sopa de estrellas.			
Escalopines de cerdo con patatas fritas.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
7			
Crema de calabacín.			
Ragout de pavo con patatas.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
8			
Sopa de fideos.			
Tortilla de patata con ensalada de la huerta.			
Postre SL.			

Kcal	HC	Lip	Prot
9			
Arroz con tomate.			
Merluza en salsa verde con verduras.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
10			
Lentejas a la jardinera.			
Filete de pollo con ensalada tricolor.			
Postre SL.			

Kcal	HC	Lip	Prot
11			
Fussilli pomodoro.			
Palometa en tempura con ensalada china.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
14			
Menestra de verduritas salteadas.			
Hamburguesa con patatas fritas.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
15			
Ensalada campera.			
Jamoncitos de pollo a la miel con arroz.			
Postre SL.			

Kcal	HC	Lip	Prot
16			
Tallarines al pomodoro.			
Abadejo en tempura con ensalada.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
17			
Crema de verduras.			
Fideuá de cerdo y verduritas.			
Postre SL.			

Kcal	HC	Lip	Prot
18			
Pizza SL.			
Salmón al horno con ensalada.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
21			
Lentejas estofadas.			
Filete de palometa con patata cocida.			
Fruta de temporada.			

Kcal	HC	Lip	Prot
22			
Crema de verduras.			
Huevos con arroz y salsa de tomate.			
Postre SL.			

Kcal	HC	Lip	Prot

Kcal	HC	Lip	Prot
27			

Kcal	HC	Lip	Prot
28			

Kcal	HC	Lip	Prot

Kcal	HC	Lip	Prot

Kcal	HC	Lip	Prot

Kcal	HC	Lip	Prot

Kcal	HC	Lip	Prot