

MENÚ DEL COLEGIO MARISTAS SANTA MARÍA DE TOLEDO

JUNIO 2022

NORMAL



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		SOPA DE VERDURAS	JUDÍAS BLANCAS	GRATEN DE ESPIRALES SALTEADAS
		HUEVOS FRITOS CON SALSA DE TOMATE Y CALABACÍN	POLLO ASADO CON SALTEADO MEDITERRANEO	BOQUERONES CON ENSALADA JULIANA
		NARANJA O KIWI	MANZANA O NARANJA	MANDARINA O PERA
		KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.
		670 31,6 92,2 24,1	750 53,8 63,2 23,7	654 27,19 19,6 20
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
CREMA DE CALABACÍN	GARBANZOS CON CODILLO	MACARRONES GRATINADOS CON QUESO	LENTEJAS A LA JARDINERA	JUDÍAS VERDES GRATINADAS O SOPA DE ZANAHORIA
HAMBURGUESA (BURGUER MEAT) DE POLLO CON PAPAS Y KETCHUP	TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS VERDES	SALMÓN FRESCO PLANCHA O EMPANADO CON PAPAS ASADAS	RAGÚ DE TERNERA CON ZANAHORIA	LUBINA A LA PLANCHA O BARITAS DE MERLUZA CON PISTO
HELADO O FRUTA	PLÁTANO O KIWI	YOGURT O FRUTA	MANZANA O PERA	NARANJA O MANDARINA
KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.
670 11,2 20,2 12,1	712 27,4 40,5 31,4	768 35,1 61,3 24,3	680 25,1 25,2 8,6	670 25 13,4 1,7
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
FIDEÛA CON POLLO, GUISANTES, PIMIENTO	GARBANZOS CON REPOLLO	LASAÑA		PURÉ DE PATATA CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS (BURGUER MEAT) POLLO A LA JARDINERA	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA TRICOLOR	LOMO DE CERDO AL AJILLO CON PAPAS ASADO	DÍA FESTIVO	PALOMETA A LA PLANCHA O REBOZADA CON ENSALADA DE TOMATE
MANZANA O NARANJA	YOGURT O FRUTA	PLÁTANO O PERA		NARANJA O MANZANA
KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.		KCal. Prot. HCar. Lip.
725 61,2 29,8 24,5	700 22,4 23,6 8,6	736 28,2 64,6 39,6		654 26 88,6 3,4
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE CALABAZA	PANINIS DE JAMÓN Y QUESO GRATINADOS			
HUEVOS FRITOS CON PATATAS	CERDO DE SAJONIA CON ENSALADA DE LECHUGA			
MANZANA O MANDARINA	YOGURT O FRUTA			
KCal. Prot. HCar. Lip.	KCal. Prot. HCar. Lip.			
695 18,9 50,3 35,1	602 28,8 12,6 16,4			



Presencia de sulfitos.

* Todos los menús están acompañados de pan y agua. Todas las frutas consumidas son de temporada. *

La fruta variada consta de: naranja, plátano, kiwi, manzana, pera, mandarina a elegir por el alumno/a.