



Junio- 3/4/5 años



2025-2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Ensalada de arroz integral con huevo atún y manzana Ragu de pavo con verduras al vapor 422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip	2 Garbanzos guisados con verduras Salmón en salsa espinacas con zanahorias baby 448kcl, 30Ch, 46 Prot, 12 Lip	3 Menestra de verdura Ensalada de legumbre con tomate, zanahoria y maíz 454 Kcal, 24 Ch, 16 Prot, 30 Lip	4 Crema de zanahorias Merluza romana con ensalada lechuga y tomate 435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip.	5 Macarrones gratinados con verdura Filetes rusos en salsa barbaoca con ensalada de tomate 553 Kcal, 29 Ch, 27 Prot, 39 Lip
8 Arroz con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada lechuga y tomate 408kcl, 44Ch, 19Prot, 16Lip	9 Judias blancas estofadas con verdura Lenguadina al horno en salsa marinera con calabacín rehogado 473kcl, 34Ch, 38Prot, 18 Lip	10 Ensalada completa Espirales integrales con boloñesa de lentejas 422 kcal, 55Ch, 17 Prot, 8 Lip	11 Guisantes con beicon Merluza la andaluza con tomate y maíz 457kcal, 17Hc, 27 Prot, 29 Lip	12 Crema de calabacín Pechuga de pollo plancha con patatas horno 473kcl, 21Ch, 31Prot, 27Lip
15 Fideua de pollo y verduras Ensalada de garbanzos con atún, maíz y tomate 460 Kcal, 46 Ch, 21 Prot, 12 Lip	16 Lentejas guisadas con verdura Salmón en salsa zanahorias con guisantes 528 kcal, 25CH, 38Prot, 30Lip	17 Crema de verduras frescas Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 481kcl, 45Ch, 15Prot, 25Lip	18 Ensalada de arroz integral con manzana Y pasas Merluza romana con calabaza asada 454kcl, 18Ch, 34Prot, 25Lip	19 Judias verdes con jamón Albóndigas jardinera con verduras 498kcl, 25Ch, 22Prot, 29Lip
22 Vacaciones	23 Vacaciones	24 Vacaciones	25 Vacaciones	26 Vacaciones
29 Vacaciones	30 Vacaciones			



FRUTA DE TEMPORADA (LUNES, MARTES, JUEVES Y VIERNES) Y MIÉRCOLES LÁCTEO.
DOS DÍAS A LA SEMANA SE DARÁ PAN INTEGRAL.





June - Year 3/4/5

2025-2026

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>1</p> <p>Brown rice salad with egg, tuna and apple</p> <p>Turkey ragu with steamed vegetables</p> <p>422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip</p>	<p>2</p> <p>Chickpeas stewed with vegetables</p> <p>Salmon in spinach sauce with baby carrots</p> <p>448kcl, 30Ch, 46 Prot, 12 Lip</p>	<p>3</p> <p>Vegetable stew</p> <p>Legume salad with tomato, carrot and sweetcorn</p> <p>454 Kcal, 24 Ch, 16 Prot, 30 Lip</p>	<p>4</p> <p>Carrot cream</p> <p>Battered hake with lettuce and tomato salad</p> <p>435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip</p>	<p>5</p> <p>Macaroni and cheese with vegetables</p> <p>Salisbury steaks in barbecue sauce with tomato salad</p> <p>553 Kcal, 29 Ch, 27 Prot, 39 Lip</p>
<p>8</p> <p>Rice with vegetables</p> <p>French tuna omelet with lettuce and tomato salad</p> <p>408kcl, 44Ch, 19Prot, 16Lip</p>	<p>9</p> <p>Haricot beans and vegetables stew</p> <p>Baked sole in marinara sauce with sautéed courgetti</p> <p>473kcl, 34Ch, 38Prot, 18 Lip</p>	<p>10</p> <p>Complete salad</p> <p>Whole pasta with lentil bolognese</p> <p>422 kcal, 55Ch, 17 Prot, 8 Lip</p>	<p>11</p> <p>Peas with bacon</p> <p>Battered hake with tomato and corn</p> <p>457kcal, 17Hc, 27 Prot, 29 Lip</p>	<p>12</p> <p>Courgette cream</p> <p>Chicken breast with oven-baked potatoes</p> <p>473kcl, 21Ch, 31Prot, 27Lip</p>
<p>15</p> <p>Chicken and vegetable fideuà</p> <p>Chickpea salad with tuna, sweetcorn and tomato</p> <p>460 Kcal, 46 Ch, 21 Prot, 12 Lip</p>	<p>16</p> <p>Stewed lentils with vegetables</p> <p>Salmon in carrot sauce with peas</p> <p>528 kcal, 25CH, 38Prot, 30Lip</p>	<p>17</p> <p>Cream of fresh vegetables</p> <p>Spanish omelet with lettuce and tomato salad</p> <p>481kcl, 45Ch, 15Prot, 25Lip</p>	<p>18</p> <p>Brown rice salad with apple and raisins</p> <p>Battered hake with roasted pumpkin</p> <p>454kcl, 18Ch, 34Prot, 25Lip</p>	<p>19</p> <p>Green beans with ham</p> <p>Meatballs with vegetables</p> <p>498kcl, 25Ch, 22Prot, 29Lip</p>
<p>22</p> <p>Holidays</p>	<p>23</p> <p>Holidays</p>	<p>24</p> <p>Holidays</p>	<p>25</p> <p>Holidays</p>	<p>26</p> <p>Holidays</p>
<p>29</p> <p>Holidays</p>	<p>30</p> <p>Holidays</p>			

SEASONAL FRUIT (MONDAY, TUESDAY, THURSDAY AND FRIDAY) AND DAIRY WEDNESDAY.
 WHOLEMEAL BREAD WILL BE PROVIDED TWO DAYS A WEEK.

