


LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
 <h1 style="text-align: center;">MENÚ COLEGIO SAN MARTÍN</h1> <h2 style="text-align: right;">JUNIO 2018</h2>																- Día 1 - Lentejas estofadas con verduras Figuritas de pescado con lechuga y zanahoria Fruta y pan			
																Kcal:728	Prot:28	Lip:28	HC:83
- Día 4 - Crema de espinacas Albóndigas de ternera en salsa casera con patata dado Fruta y pan				- Día 5 - Alubias pintas con arroz Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan				- Día 6 - Espirales con salsa de tomate Filete de merluza en salsa con jardinera de verduras Fruta y pan				- Día 7 - Patatas guisadas con verduras Jamoncitos de pollo en su jugo lechuga y maíz Yogur sabor y pan				- Día 8 - Sopa de lluvia Filete de bacalao rebozado con lechuga Fruta y pan			
Kcal:489	Prot:21	Lip:20	HC:47	Kcal:771	Prot:29	Lip:24	HC:97	Kcal:648	Prot:31	Lip:16	HC:91	Kcal:561	Prot:29	Lip:20	HC:63	Kcal:561	Prot:23	Lip:27	HC:48
- Día 11 - Arroz con tomate Salchichas de pavo en su jugo con patatas Fruta y pan				- Día 12 - Crema de judías verdes Hamburguesa de ternera en salsa con zanahoria Yogur sabor y pan				- Día 13 - Espirales con tomate y queso rallado Filete de abadejo en salsa con daditos de calabacín Fruta y pan				- Día 14 - Crema de verduras Lomo de Sajonia con lechuga y maíz Fruta y pan				- Día 15 - Lentejas estofadas con arroz y verduras Flamenquines de pollo con lechuga Fruta y pan			
Kcal:626	Prot:28	Lip:18	HC:87	Kcal:623	Prot:25	Lip:29	HC:54	Kcal:621	Prot:29	Lip:17	HC:86	Kcal:645	Prot:32	Lip:29	HC:61	Kcal:710	Prot:33	Lip:22	HC:86
- Día 18 - Sopa de estrellitas Albóndigas de pescado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan				- Día 19 - Crema de calabaza y calabacín Tortilla española con lechuga Fruta y pan				- Día 20 - Arroz con tomate Ragout de ternera en salsa con verduritas Yogur sabor y pan				- Día 21 - Lentejas a la riojana Filete de merluza a la cazuela Fruta y pan				- Día 22 - Lacitos con tomate Nuggets de pollo con patatas Fruta y pan			
Kcal:489	Prot:22	Lip:13	HC:70	Kcal:621	Prot:23	Lip:20	HC:74	Kcal:769	Prot:42	Lip:23	HC:96	Kcal:671	Prot:37	Lip:24	HC:70	Kcal:864	Prot:25	Lip:35	HC:110

Atendiendo al Reglamento (UE) n° 1169/2011, pueden informarse en la web www.enasui.com de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

