

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

03-jun

Crema de verduras
Lomo adobado a la plancha
con lechuga
Pan y yogur

04-jun

Alubias blancas estofadas
Skipper de bacalao
con lechuga
Pan y fruta

05-jun

Judías verdes con tomate
Tortilla francesa de york
con lechuga
Pan y fruta


06-jun

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y fruta

07-jun

Arroz abanda
Medallón de merluza al horno
con ajo y perejil
Pan y fruta

TIERRA DE SABOR 10-jun

Lentejas con chorizo TS
Pollo con ajo y perejil TS
 Pan y fruta

11-jun

Crema de brócoli
Hamburguesa mixta al horno
con lechuga
Pan y fruta

12-jun

Alubias pintas con arroz
Medallón de merluza en salsa de
puerros
Pan y yogur

13-jun

Lazos aglio e olio
Tortilla francesa
con lechuga
Pan y fruta

14-jun

Repollo al ajo arriero
Calamares a la romana
con mahonesa
Pan y fruta

17-jun

Arroz con salsa de tomate natural
Caballa en escabeche
Pan y yogur

18-jun

Lentejas a la hortelana
Tortilla de patata
con lechuga
Pan y fruta

19-jun

Crema de zanahoria
Cordón bleu
con lechuga
Pan y fruta

20-jun

Patatas a la riojana
Medallón de merluza en salsa
verde
Pan y fruta

21-jun

Macarrones con chorizo
Nuggets de pollo
Pan y postre especial



CrEa tu Rutina Saludable En Familia

AENOR

PROTOCOLO FRENTE AL COVID-19
SERUNION



INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

RECOMENDADOR DE CEN

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole he comido como primero...	Para cenar puedo comer como primero...
verdura	pasta/arroz
pasta/arroz	verdura
legumbres	verdura
	pasta/arr

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido como segundo...	Para cenar puedo comer como segundo...
huevo	carne
pescado	pescad
legumbres	huevo
carne	verdura
	huevo
	pescad

POSTRE

fruta	lácteo

Entidades colaboradoras:

