

MENÚ EDUCACIÓN PRIMARIA

JUNIO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

VIERNES



aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANES
DE LA SALUD

Skool
arest
Meraki

STOP
FOOD
WASTE
Program

Grow
FOOD
BANKS

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

15

16

17

18

19

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS

ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO

CREMA DE VERDURAS

SOPA DE ESTRELLITAS

TUMBET

TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA (lechuga, espárragos, maíz)

PESCADO A LA MALLORQUINA

MACARRONES INTEGRALES CON BOLOÑESA DE LEGUMBRETA

FRITO MALLORQUIN

POLLO CON SALSA BARBACOA Y ENSALADA (lechuga, cebolla y tomate)

FRUTA

YOGUR

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POTAJE DE LENTEJAS

SOPA DE ESTRELLITAS

CREMA DE CALABACIN

ARROZ DE PESCADO

ENSALADILLA RUSA

TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maíz y zanahoria)

BULLIT (garbanzos, verduras, patata y pollo)

MERLUZA AL LIMON CON PASTA INTEGRAL

POLLO ASADO EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, mezclum, aceitunas)

HAMBURGUESA MIXTA (ternera cerdo) CON ENSALADA (lechuga, cebolla y tomate)

YOGUR

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

SOPA DE ARROZ

GUISO DE ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA

PATATAS A LA RIOJANA

MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES (dte cod picatostes)

MERLUZA AL HORNO CON PICADA Y ENSALADA (lechuga, remolacha y zanahoria)

MUSLITOS DE POLLO AL ROMERO CON ENSALADA (lechuga, zanahoria y aceitunas)

HUEVOS COCIDOS CON PISTO

NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA (lechuga y tomate)

ESCUDELLA FRESCA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

NATILLAS VAINILLA

FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

CREMA DE ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA

TORTILLA DE CALABACIN CON ZANAHORIA SALTEADA

FRUTA

2

ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO

PESCADO A LA MALLORQUINA

YOGUR NATURAL

3

CREMA DE VERDURAS

MACARRONES INTEGRALES CON BOLOÑESA DE LEGUMBRETA

FRUTA

4

SOPA DE ESTRELLITAS

MERLUZA AL LIMON CON PANACHE DE VERDURAS

FRUTA

CREMA DE PUERROS

POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES Y CALABACIN

FRUTA



8

CREMA DE LENTEJAS

TORTILLA DE PATATA CON CALABACIN

YOGUR NATURAL

9

SOPA DE ESTRELLITAS

BULLIT (garbanzos, verduras, patata y pollo)

FRUTA

10

CREMA DE CALABACIN

MERLUZA AL LIMON CON PASTA INTEGRAL

FRUTA

11

ARROZ DE PESCADO

POLLO ASADO EN SU JUGO CON TOMATE NATURAL

FRUTA

CREMA DE PATATA CON CEBOLLA

HAMBURGUESA MIXTA CON ENSALADA DE TOMATE

FRUTA



15

SOPA DE ARROZ

MERLUZA AL HORNO CON PICADA, CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA

FRUTA

16

CREMA DE ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA

MUSLITOS DE POLLO AL ROMERO CON TABOULE

FRUTA

17

CREMA DE PUERROS

HUEVOS COCIDOS CON PISTO

FRUTA

18

MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO

HAMBURGUESA DE PAVO CON ZANAHORIA SALTEADA

YOGUR NATURAL SIN AZUCAR

19

CREMA DE VERDURAS

ESCUDELLA FRESCA

FRUTA



MENÚ SIN CARNE

JUNIO



VIERNES






LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUE

<p>1</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA (lechuga, espárragos, maíz)</p> <p>FRUTA</p>	<p>2</p> <p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO</p> <p>PESCADO A LA MALLORQUINA</p> <p>YOGUR</p>	<p>3</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>MACARRONES INTEGRALES CON BOLOÑESA DE LEGUMBRETA</p> <p>FRUTA</p>	<p>4</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE</p> <p>MERLUZA AL LIMON CON PANACHE DE VERDURAS</p> <p>FRUTA</p>	<p>5</p> <p>TUMBET</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA</p> <p>FRUTA</p> 
<p>8</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maíz y zanahoria)</p> <p>YOGUR</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE</p> <p>BULLIT DE GARBANZOS VG</p> <p>FRUTA</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE CALABACIN</p> <p>MERLUZA AL LIMON CON PASTA INTEGRAL</p> <p>FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ DE PESCADO</p> <p>ENSALADA DE ALUBIAS PINTAS CON BROCOLI</p> <p>FRUTA</p>	<p>12</p> <p>ENSALADILLA RUSA</p> <p>ENSALADA DE ALUBIAS</p> <p>FRUTA</p> 
<p>15</p> <p>CREMA DE PUERROS</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON PICADA Y ENSALADA (lechuga, remolacha y zanahoria)</p> <p>FRUTA</p>	<p>16</p> <p>TABULE</p> <p>GUISO DE ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA</p> <p>FRUTA</p>	<p>17</p> <p>CREMA DE PUERROS</p> <p>HUEVOS COCIDOS CON PISTO</p> <p>FRUTA</p>	<p>18</p> <p>MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO</p> <p>HAMBURGUESA VEGETAL CON ENSALADA (lechuga y tomate)</p> <p>NATILLAS VAINILLA</p>	<p>19</p> <p>CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES (pte cod picatostes)</p> <p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>FRUTA</p> 



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1

2

3

4

8

9

10

11

15

16

17

18

19

SEMOLA DE ARROZ

ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO

CREMA DE VERDURAS

SEMOLA DE ARROZ

TUMBET dietetico

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS

PESCADO A LA MALLORQUINA

LOMO SAJONIA EN SU JUGO ARROZ

FRITO MALLORQUIN

POLLO CON SALSA BARBACOA Y ENSALADA (lechuga, cebolla y tomate)

FRUTA

YOGUR

FRUTA

FRUTA

FRUTA

POTAJE DE LENTEJAS

SEMOLA DE ARROZ

CREMA DE CALABACIN

ARROZ DE PESCADO

CREMA DE PATATA CON CEBOLLA

POLLO AL HORNO CON CALABACIN

BULLIT (garbanzos, verduras, patata y pollo)

MERLUZA AL LIMON CON PANACHE DE VERDURAS

POLLO ASADO EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, mezclum, aceitunas)

HAMBURGUESA MIXTA (ternera cerdo) CON ENSALADA (lechuga, cebolla y tomate)

YOGUR

FRUTA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

SOPA DE ARROZ

GUISO DE ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA

PATATAS A LA RIOJANA

PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON SALSA DE TOMATE

CREMA DE VERDURAS

MERLUZA AL HORNO CON PICADA Y ENSALADA (lechuga, remolacha y zanahoria)

MUSLITOS DE POLLO AL ROMERO CON ENSALADA (lechuga, zanahoria y aceitunas)

GARBZANZOS CON PISTO

HAMBURGUESA DE PAVO CON ZANAHORIA SALTEADA

ESCUDELLA FRESCA

FRUTA

FRUTA

FRUTA

NATILLAS VAINILLA

FRUTA