



# Colegio Gaztelueta

Junio 2019

## Menú Basal

Elaborado en la cocina del colegio



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**3** Kcal 820 Glú 77 Líp 32 Pro 47

**4** Kcal 796 Glú 105 Líp 23 Pro 47

**5** Kcal 704 Glú 107 Líp 11 Pro 47

**6** Kcal 901 Glú 120 Líp 31 Pro 41

**7** Kcal 911 Glú 98 Líp 45 Pro 32

1° Crema de verduras natural y zanahoria

1° Cocido de garbanzos con calabaza

1° Macarrones con chorizo y huevo

1° Paella de conejo

1° Patatas mimosa con nata

2° Alitas de pollo con patatas

2° Lenguado con salsa de yogur y champiñones

2° Estofado de pavo a la jardinera

2° Escalope de ternera con verduras

2° Filete de merluza con lechuga

Postre Yogur Pan

Postre Fruta Pan

Postre Fruta Pan

Postre Helado Pan

Postre Natillas Pan

**10** Kcal 644 Glú 94 Líp 15 Pro 35

**11** Kcal 959 Glú 119 Líp 59 Pro 31

**12** Kcal 747 Glú 103 Líp 18 Pro 48

**13** Kcal 784 Glú 111 Líp 22 Pro 41

**14** Kcal 869 Glú 99 Líp 37 Pro 39

1° Vainas con patatas

1° Risotto de setas

1° Alubias blancas con calabaza

1° Magnolias con queso

1° Patatas alpujarreñas

2° Pechuga de pollo empanada con zanahoria y calabacín

2° Huevos fritos con bacon

2° Merluza a la romana con pimientos

2° Filete ruso con cebolla caramelizada y pimientos

2° Lenguado con champiñones

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

Postre Fruta Pan

Postre Fruta Pan

Postre Natillas Pan

**17** Kcal 890 Glú 81 Líp 48 Pro 37

**18** Kcal 850 Glú 104 Líp 30 Pro 45

**19** Kcal 999 Glú 93 Líp 65 Pro 37

**20** Kcal 838 Glú 123 Líp 20 Pro 46

1° Crema de verduras y zanahoria

1° Cocido de lentejas con puerros

1° Patatas mimosa con nata

1° Espagueti Bolognesa

2° Salchichas con puré de patata

2° Merluza a la romana con ensalada

2° Escalope de ternera con ensalada

2° Albóndigas con ensalada

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

Postre Helado Pan

Postre Copa Danone Pan

