



MENÚ DEL MES **JUNIO** 2023

COMEDOR ESCOLAR DEL C.E.I.P. LA ADUANA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 –ESPIRALES SALSA ADUANA (pasta-leche-harina-bacón-mantequilla) HAMBURGUESAS CERDO-TERNERA ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	2 –ALUBIAS ESTOFADAS (legumbres-cebolla-pimiento-chorizo tomate frito) FILETES DE CABALLA (caballa-tomate frito) ENSALADA N 2 HELADO-FRUTA-PAN BLANCO
5—ARROZ TRES DELICIAS (arroz-huevo-gambas-guisantes zanahoria) NUGGET DE POLLO ENSALADA CON SALSA YOGURT FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	6-LENTEJAS ESTOFADAS (legumbre-cebolla-pimiento-chorizo-tomate frito) TORTILLA PAVO-QUESO (huevo pasteurizado-queso-pavo) RODAJAS DE TOMATE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	7-ENSALADILLA RUSA (patatas-guisantes-atún-mahonesa) EMPANADILLAS DE ATUN (hojaldre-tomate frito-pisto-atún) ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	8-SOPA TIBURON (pasta-codillo-canilla-huevo-jamón) ALBONDIGAS JARDINERA (albóndigas-zanahoria-guisantes-huevo-pan rallado) FRUTA ALMIBAR-PAN INTEGRAL	9-CANELONES GRATINADOS (pasta-leche-harina-tomate frito-queso-graten) RABAS FRITAS ENSALADA VERDE HELADO-FRUTA-PAN BLANCO
12-JUDIAS VERDES CON TOMATE (judías verdes-ajo-tomate frito-aove) PALITOS DE MERLUZA ENSALADA N 2 FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	13-ESPIRALES BOLOÑESA (pasta-tomate frito-cerdo-aove-queso) LOMO DE PAVO PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	14-POTAJE DE GARBANZOS (legumbres-aove chorizo-pimientos-cebolla-tomate frito) VENTRESCA DE ATUN RODAJAS DE TOMATE FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	15-CREMA DE VERDURAS (calabacín-calabaza-zanahoria-patatas-aove-puerro) LONGANIZA DE POLLO RODAJAS DE TOMATE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	16-SALMOREJO (pan-tomate-aove-huevo-jamón) TORTILLA DE PATATAS (huevo-aove-patatas) HELADO-FRUTA-PAN BLANCO
19-VERDURAS SALTEADAS (zanahoria-judía verde-guisantes-berenjenas-aove) LOMO CERDO PLANCHA Y PATATAS PALILLO FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	20-ALUBIAS ESTOFADAS (legumbres-pimiento-chorizo-cebolla-tomate frito. Ajo) TORTILLA DE ESPINACAS (espinacas-huevo-ajo-aove) FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	21-SOPA DE PICADILLO (pasta-ave-añojo-huevo-jamón) BACALAO FRITO ENSALADA N 2 FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	22-ENSALADILLA RUSA (patatas mahonesa-zanahorias-guisantes-atún-huevo) NUGGET DE POLLO ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	23-SURTIDO BERICO (chorizo-salchichón-lomo-queso-aceitunas) PIZZA DE YORK Y QUESO PATATAS CHIPS HELADO-FRUTA-PAN BLANCO

Alérgenos (Reglamento 1169/2011 (UE): la información relativa al contenido de alérgenos de nuestros platos está disponible para su consulta, en el Centro Escolar.

Recuerda: practicar y fomentar el ejercicio físico, comer alimentos variados 5 veces al día, beber agua 2L/día, y proceder a la higiene adecuada de manos antes de comer y dientes después de