

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Junio 2023

SANTA CATALINA LABOURE

| Lunes   | Martes  | Miércoles  | Jueves  | Viernes  | Valoración   |
|---|---|--|---|--|--|
|   |   |  | <p>1</p> <p>Guisantes con patata y zanahoria<br/>San Jacobo con ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur<br/>Beans with potato and carrot<br/>Cooked breaded ham &amp; cheese<br/>escalope with lettuce &amp; carrot<br/>Yoghurt</p> | <p>2</p> <p>Crema de zanahoria<br/>Lentejas estofadas con verduras<br/>Fruta de temporada<br/>Carrot cream<br/>Lentils with vegetables<br/>Seasonal Fruit</p>  | <p>VE: 2289/548<br/>GT: 24<br/>GS: 4<br/>HC: 73<br/>AZ: 19<br/>PROT: 16<br/>SAL: 1</p> |
| <p>5</p> <p>Sopa de cocido con pasta<br/>Hamburguesa a la plancha con pimientos<br/>Fruta de temporada<br/>"Cocido" soup with pasta<br/>Grilled hamburger with peppers<br/>Seasonal Fruit</p> | <p>6</p> <p>Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata)<br/>Medallón de merluza al horno con salsa de pimientos<br/>Yogur<br/>Lentils with vegetables<br/>Baked hake medallion with pepper sauce<br/>Yoghurt</p> | <p>7</p> <p>Puré de calabacín<br/>Estofado de cerdo a la jardinera (guisantes,zanahoria,patata,pimiento,cel)<br/>Fruta de temporada<br/>Courgette purée<br/>Vegetables stew<br/>Seasonal Fruit</p> | <p>8</p> <p>Alubias rojas de Tolosa<br/>Filete de gallo<br/>Yogur<br/>Red beans from Tolosa<br/>Four-spot megrim<br/>Yoghurt</p>  | <p>9</p> <p>Arroz tres delicias<br/>Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Fruta de temporada<br/>Chinese fried rice<br/>Grilled chicken with lettuce &amp; carrot<br/>Seasonal Fruit</p> | <p>VE: 2040/488<br/>GT: 18<br/>GS: 4<br/>HC: 52<br/>AZ: 14<br/>PROT: 34<br/>SAL: 1</p> |
| <p>12</p> <p>Crema de espinacas<br/>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga<br/>Fruta de temporada<br/>Spinach cream<br/>Spanish omelette with lettuce<br/>Seasonal Fruit</p>             | <p>13</p> <p>Alubias verdes (eco.) con zanahoria<br/>Albóndigas de merluza y pota en salsa<br/>Yogur<br/>Green beans (eco.) with carrot<br/>Hake and squid meatballs in sauce<br/>Yoghurt</p>                                     | <p>14</p> <p>Ensalada mixta<br/>Alubias estofadas con verduras<br/>Fruta de temporada<br/>Mixed salad<br/>Stewed beans with vegetables<br/>Seasonal Fruit</p>                                      | <p>15</p> <p>Guisantes con patata y zanahoria<br/>Pollo asado con ensalada<br/>Yogur<br/>Beans with potato and carrot<br/>Grilled chicken with salad<br/>Yoghurt</p>  | <p>16</p> <p>Pasta con salsa de tomate<br/>Salmón al horno con mayonesa<br/>Fruta de temporada<br/>Pasta with tomato sauce<br/>Baked salmon with mayonnaise<br/>Seasonal Fruit</p>                     | <p>VE: 1800/431<br/>GT: 16<br/>GS: 3<br/>HC: 50<br/>AZ: 17<br/>PROT: 23<br/>SAL: 1</p> |
| <p>19</p> <p>Sopa de ave<br/>Hamburguesa a la plancha con champiñones<br/>Fruta de temporada<br/>Chicken soup<br/>Grilled hamburger with mushrooms<br/>Seasonal Fruit</p>                     | <p>20</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Croquetas y empanadillas con ensalada de lechuga<br/>Yogur<br/>Rice with tomato sauce<br/>Croquettes &amp; meat pastries with lettuce<br/>Yoghurt</p>                                  | <p>21</p>  | <p>22</p>   | <p>23</p>  | <p>VE: 2146/513<br/>GT: 23<br/>GS: 6<br/>HC: 63<br/>AZ: 15<br/>PROT: 21<br/>SAL: 2</p> |
| <p>26</p>   | <p>27</p>   | <p>28</p>  | <p>29</p>   | <p>30</p>  | <p>VE: 0/0<br/>GT: 0<br/>GS: 0<br/>HC: 0<br/>AZ: 0<br/>PROT: 0<br/>SAL: 0</p>          |