



MENÚ JUNIO 2022

C.P.E.E. FUNDACIÓN GOYENECHÉ



¡Visita nuestra web para ver las recomendaciones de cenas!

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SEMANA DEL 1 AL 3	SEMANA DEL 6 AL 10	SEMANA DEL 13 AL 17	SEMANA DEL 20 AL 24
<p>(esta semana hay de fruta: pera y naranja)</p>	<p>(esta semana hay de fruta: manzana, plátano, melón y sandía)</p>	<p>(esta semana hay de fruta: melón, naranja, pera y sandía)</p>	<p>(esta semana hay de fruta: plátano, sandía, melón y manzana)</p>
<p>SEMANA DEL 1 AL 3</p> <p>Con el menú se ofrece agua todos los días, además de leche (como complemento opcional), el día que hay fruta de postre.</p>	<p>MACARRONES INTEGRALES CON CHORIZO Y TOMATE (1, 3)</p> <p>CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADA AL HORNO (6)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:716 Gr.:28 HC:91 Pro: 25</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (Tr.:1)</p> <p>COLITAS DE BACALAO AL HORNO (4)</p> <p>PISTO DE VERDURAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:743 Gr.:24 HC:85 Pro: 36</p>	<p>ESPAQUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y OREGANO (1, 3)</p> <p>MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE LIMÓN (4)</p> <p>QUISANTES REHOGADOS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:702 Gr.:19 HC:103 Pro: 24</p>
<p>LEYENDA DE COLORES: PLATO ECOLÓGICO PLATO DE TEMPORADA PLATO INTEGRAL</p>	<p>PURE DE ZANAHORIA</p> <p>POLLO ASADO</p> <p>ARROZ INTEGRAL</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:701 Gr.:20 HC:102 Pro: 21</p>	<p>ARROZ GUISADO CON MAGRO Y VERDURAS</p> <p>HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y TOMATE (3, 4)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:759 Gr.:24 HC:101 Pro: 27</p>	<p>JUDIAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS</p> <p>ALBONDIGAS EN SALSA (1, 6)(Tr.:7)</p> <p>PATATAS DADO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:904 Gr.:30 HC:107 Pro: 30</p>
<p>ENSALADA DE GARBANZOS (garbanzos, pimientos, maíz, zanahoria y tomate)</p> <p>CROQUETAS Y EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 4, 7)(Tr.:3)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN INTEGRAL (1)</p> <p>KCal:805 Gr.:27 HC:105 Pro: 25</p>	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO CON SALSA DE TOMATE</p> <p>PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:619 Gr.:23 HC:71 Pro: 22</p>	<p>JUDIAS BLANCAS A LA ESPAÑOLA (guisadas con tomate, cebolla, pimientos y puerro)</p> <p>TORTILLA DE PATATA (3)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ</p> <p>NATILLAS DE VAINILLA (7)</p> <p>PAN INTEGRAL (1)</p> <p>KCal:789 Gr.:32 HC:87 Pro: 29</p>	<p>ENSALADILLA RUSA (patata, huevo, atún, aceitunas, zanahoria, pimiento y mayonesa) (3, 4)</p> <p>SALMON AL HORNO (4)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:749 Gr.:33 HC:76 Pro: 26</p>
<p>PAELLA VALENCIANA (con verduras y pollo)</p> <p>MERLUZA AL HORNO (4)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE YOGUR (7)</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:655 Gr.:20 HC:90 Pro: 27</p>	<p>BROCOLI REHOGADO</p> <p>JAMON ASADO EN SALSA</p> <p>PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:633 Gr.:26 HC:70 Pro: 22</p>	<p>CODITOS CON JAMON YORK Y TOMATE (1, 6)(Tr.:3)</p> <p>RAGOUT DE PAVO (pavo estofado con cebolla, puerro y zanahoria)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA YOGUR (7)</p> <p>PAN INTEGRAL (1)</p> <p>KCal:590 Gr.:19 HC:75 Pro: 25</p>	<p>GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS</p> <p>HAMBURGUESA AL HORNO EN SALSA (1, 6)(Tr.:7)</p> <p>VERDURITAS REHOGADAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:730 Gr.:25 HC:89 Pro: 27</p>
<p>FILETE DE POLLO EMPANADO (1, 3)</p> <p>PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:657 Gr.:24 HC:85 Pro: 20</p>	<p>PURE DE VERDURAS DE TEMPORADA</p> <p>FRITURA VARIADA (1, 2, 4, 7, 14)(Tr.:3, 6, 9, 12)</p> <p>PIZZA DE JAMON YORK Y QUESO (1, 6, 7)(Tr.:3, 4, 9, 12)</p> <p>REFRESCOS Y HELADO (7)(Tr.:1, 3,</p> <p>KCal:676 Gr.:34 HC:66 Pro: 23</p>	<p>ARROZ BLANCO CON TOMATE</p> <p>TORTILLA DE QUESO (3, 7)</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN INTEGRAL (1)</p> <p>KCal:693 Gr.:21 HC:101 Pro: 20</p>	<p>PURE DE COLIFLOR</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</p> <p>ARROZ INTEGRAL</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN BLANCO (1)</p> <p>KCal:680 Gr.:22 HC:84 Pro: 30</p>

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición y según las recomendaciones de consumo mensual de alimentos en el comedor escolar de la Comunidad

Usuario Web Alirsa.com: fundaciongoyeneche - Contraseña: acpt004

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5-Cacahuetes 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr-Trazas