

LUNES 8 DE JUNIO	MARTES 9 DE JUNIO	MIÉRCOLES 10 DE JUNIO	JUEVES 11 DE JUNIO	VIERNES 12 DE JUNIO
1º: Arroz con pollo, cebolla, pimiento rojo y pimiento verde 2º: Tortilla de espinacas y atún - Postre: Fresas - Bebida: Agua - Pan integral 🍞 P: 16.27%, G: 30.83%, HC: 52.90%, Az: 0.00g, Sal: 0.35g, AGS: 3.66g, 493.31 Kcal	1º: Puchero de estrellitas con pollo, patata, puerro y zanahoria 2º: Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y queso fresco. - Postre: Sandía - Bebida: Agua - Pan blanco 🍞 P: 19.05%, G: 32.94%, HC: 48.01%, Az: 0.00g, Sal: 0.41g, AGS: 2.57g, 420.13 Kcal	1º: Potaje de alubias blancas con zanahoria, pimiento rojo, pimiento verde, cebolla y ajo 2º: Bacalao frito con mayonesa de leche Postre: Melón - Pan integral 🍞 - Bebida: agua P: 16.46%, G: 33.84%, HC: 49.70%, Az: 0.00g, Sal: 0.37g, AGS: 4.20g, 463.20 Kcal	1º: Gazpacho con picatostes 2º: Merluza al horno con salsa de verdura - Postre: Plátano - Bebida: agua - Pan blanco 🍞 P: 18.16%, G: 25.26%, HC: 56.58%, Az: 0.00g, Sal: 0.42g, AGS: 2.17g, 467.67 Kcal	1º: Espaguetis con carne de ternera 2º: Croquetas de jamón con ensalada de lechuga - Postre: yogur de sabores - Pan integral - Bebida: agua P: 15.31%, G: 35.90%, HC: 48.79%, Az: 0.00g, Sal: 0.50g, AGS: 6.66g, 555.08 Kcal
Recomendación merienda: Fruta y yogur natural. Realizar actividad física al aire libre o, en su defecto, en pabellón. · Recomendación cena: Fajita integral con champiñones, cebolla y queso. Fruta. Pan integral. Agua	Recomendación merienda: Bocadillo de queso y aguacate. Realizar actividad física al aire libre o, en su defecto, en pabellón. · Recomendación cena: Arroz tres delicias con tomate aliñado y atún. Fruta. Pan integral. Agua	Recomendación merienda: Vaso de leche entera y fruta. Realizar actividad física al aire libre o, en su defecto, en pabellón. · Recomendación cena: Crema de verduras y acedías a la plancha. Fruta. Pan integral. Agua	Recomendación merienda: Bocadillo de pan integral con aceite de oliva virgen extra, atún y rodaja de tomate. Realizar actividad física al aire libre o, en su defecto, en pabellón. · Recomendación cena: Tortilla de patata y coliflor. Fruta. Pan integral. Agua	Recomendación merienda: Yogur natural con nueces picadas y pasas. Realizar actividad física al aire libre o, en su defecto, en pabellón. · Recomendación cena: Pizza casera con tomate, queso, maíz y jamón cocido. Fruta. Agua