


COMEDOR JUNIO

FUNDACIÓN SMJ COLEGIO DIOCESANO "SANTA CRUZ"

Avda. de Burgos, 3 - 19005 - Guadalajara
 direccion@colegiosantacruz.org
 949 22 00 61



| LUNES/MONDAY 1 | MARTES/TUESDAY 2 | MIÉRCOLES/WEDNESDAY 3 | JUEVES/THURSDAY 4 | VIERNES/FRIDAY 5 |
|---|---|---|--|--|
| Espaguetis con salsa boloñesa Pechugas de pollo a la plancha con ensalada de pepino y tomate Pan - manzana | Judías blancas guisadas con verduras Merluza al horno con ensalada de maíz Pan integral-melón | Crema de zanahorias, calabaza y brócoli Tortilla de patatas con ensalada de atún Pan-yogur |  Corpus Christi | Fideuá mixta (pollo, pescado blanco y verduras) Rabas de calamar con ensalada mixta Pan integral-mix de frutas |
| CEL: PASTA SIN GLUTEN | | APLV: CREMA SIN LÁCTEOS Y YOGUR DE SOJA AH: LOMO DE CERDO | | CEL: PAELLA MIXTA Y FLETÁN A LA PLANCHA |
| 619Kcal. 29g P. 83g HC. 19g Lip | 662Kcal. 38g P. 78g HC. 22g L. | 652Kcal. 32g P. 77g HC. 24g L. | | 579Kcal. 30g P. 72g HC. 19g L. |
| LUNES/MONDAY 8 | MARTES/TUESDAY 9 | MIÉRCOLES/WEDNESDAY 10 | JUEVES/THURSDAY 11 | VIERNES/FRIDAY 12 |
| Puré de verduras Chuletas de aguja con chimichurri y ensalada mixta Pan-melón | Lentejas guisadas con verduras Fletán en salsa con ensalada de pepino Pan integral - manzana | Ensalada de pasta Alitas de pollo al horno/ INF contramuslos, con ensalada de lechuga y tomate Pan-sandía | Alubias blancas guisadas con arroz integral Tortillas francesas de jamón con ensalada mixta Pan - plátano | Paella mixta (pollo, pescado blanco y verduras) Ensalada completa con lechuga, tomate, maíz, atún y aceitunas Pan integral - mix de frutas |
| 615Kcal. 29g P. 82g HC. 19g L. | 632Kcal. 32g P. 72g HC. 24g L. | 658Kcal. 25g P. 92g HC. 20g L. | AH: CHULETA DE PAVO | 584Kcal. 29g P. 72g HC. 20g L. |
| LUNES/MONDAY 15 | MARTES/TUESDAY 16 | MIÉRCOLES/WEDNESDAY 17 | | |
| Arroz blanco con tomate Huevos fritos / tortilla Francesa con ensalada de atún Pan - manzana | Alubias blancas guisadas con verduras Bacalao con tomate y pimientos/ inf . Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga Pan integral-Sandía | Crema de calabaza y zanahorias Pizzas variadas Pan integral-Helados | | |
| AH: FILETE DE POLLO | | CEL: PIZZA SIN GLUTEN APLV: CREMA SIN LÁCTEOS Y HELADOS SIN LECHE | | |
| 583Kcal. 20g P. 83g HC. 19g Lip | 624Kcal. 39g P. 72g HC. 20g L. | 709Kcal. 30g P 93g HC. 23g | | |



CAMPAMENTO URBANO DE VERANO

