

JULIO 2018

# MENÚ CAMPAMENTO



2	SOPA DE FIDEOS	3	CREMA DE VERDURAS	4	PASTA BOLOÑESA	5	GUISANTES CON JAMÓN	6	ARROZ TRES DELICIAS (huevina, zanahoria, jamón York)	KCAL	
	LOMO DE SAJONIA CON TOMATE		LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA DE LA HUERTA		FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		POLLO AL HORNO CON PATATAS		HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		HELADO PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
9	ENSALADA DE PASTA	10	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	11	JUDIAS VERDES CON JAMÓN	12	ARROZ CON TOMATE	13	CREMA DE CALABACÍN	KCAL	
	SALCHICHAS CON TOMATE Y PATATAS FRITAS		FILETE DE LIMANDA CON ENSALADA de la huerta		LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA		ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SAJORES PAN		FRUTA PAN		HELADO PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
16	PASTA NAPOLITANA CON QUESO	17	ENSALADA CAMPERA	18	ARROZ CON TOMATE	19	CREMA DE CALABAZA	20	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	KCAL	
	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE		CHULETA DE SAJONIA CON TOMATE		SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS		CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN		POLLO AL HORNO CON PATATAS	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		HELADO PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
23	MACARRONES CARBONARA (con nata -bacon)	24	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)	25	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	26	ENSALADA DE PASTA	27	CREMA DE VERDURAS	KCAL	
	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN YORK		FILETE DE LIMANDA A LA ANDALUZA		CINTA DE LOMO CON PATATAS		FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		HELADO PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
30	NO LECTIVO	31	NO LECTIVO						KCAL		
								HIDRATOS DE CARBONO			
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

JULIO 2018

**MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL**



2	SOPA DE FIDEOS  LOMO DE SAJONIA CON TOMATE  FRUTA O YOGUR PAN	3	CREMA DE VERDURAS  LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA DE LA HUERTA  FRUTA O YOGUR PAN	4	PASTA BOLOÑESA  FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS  FRUTA O YOGUR PAN	5	GUISANTES CON JAMÓN  POLLO AL HORNO CON PATATAS  FRUTA O YOGUR PAN	6	ARROZ TRES DELICIAS (huevina, zanahoria, jamón York)  HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE  FRUTA O YOGUR PAN	KCAL	
9	PASTA NAPOLITANA  SALCHICHAS CON TOMATE Y PATATAS FRITAS  FRUTA O YOGUR PAN	10	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) FILETE DE LIMANDA CON ENSALADA de la huerta  FRUTA O YOGUR PAN	11	JUDIAS VERDES CON JAMÓN  LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA  FRUTA O YOGUR PAN	12	ARROZ CON TOMATE  ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA  FRUTA O YOGUR PAN	13	CREMA DE CALABACÍN  FINGER DE POLLO CON SALSA DE TOMATE  FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
16	PASTA NAPOLITANA CON QUESO  TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE  FRUTA O YOGUR PAN	17	CREMA DE VERDURAS  CHULETA DE SAJONIA CON TOMATE  FRUTA O YOGUR PAN	18	ARROZ CON TOMATE  SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS  FRUTA O YOGUR PAN	19	CREMA DE CALABAZA  CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN  FRUTA O YOGUR PAN	20	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON  POLLO AL HORNO CON PATATAS  FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
23	MACARRONES CON TOMATE  ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA  FRUTA O YOGUR PAN	24	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria, pimiento, cebolla y patata)  HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN YORK  FRUTA O YOGUR PAN	25	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO  FILETE DE LIMANDA A LA ANDALUZA  FRUTA O YOGUR PAN	26	PASTA CON TOMATE  CINTA DE LOMO CON PATATAS  FRUTA O YOGUR PAN	27	CREMA DE VERDURAS  FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA  FRUTA O YOGUR PAN	LIPIDOS	
30	NO LECTIVO	31	NO LECTIVO						KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.  
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

JULIO 2018

**MENÚ PURÉ**



2	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	3	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	4	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	5	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	6	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
9	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	10	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	11	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	12	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	13	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
16	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	17	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	18	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	19	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	20	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
23	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	24	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	25	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	26	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	27	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
30	NO LECTIVO	31	NO LECTIVO							KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.  
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.