



LUNES 22

Arroz con Tomate
Supremas de Merluza
Ensalada Mixta
Fruta, Pan y Agua
710 Kcal. 16,65g Prot. 88,67g H.C. 30,72g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

LUNES 29

Lentejas Guisadas
Tortilla Española
Ensalada Mixta
Fruta, Pan y Agua
735 Kcal. 28,14g Prot. 71,9g H.C. 33,44g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 23

Ensalada Campera
Escalopines a la Plancha
Verduritas Dado
Yogur o Fruta, Pan y Agua
557 Kcal. 29,83g Prot. 49,21g H.C. 25,11g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

MARTES 30

Ensaladilla Rusa
Contramuslo a la Plancha
Ensalada del Chef
Fruta, Pan y Agua
817 Kcal. 43,04g Prot. 66,68g H.C. 38,11g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

MIÉRCOLES 24

Vichyssoise
Pollo Asado
Patatas Fritas
Fruta, Pan y Agua
567 Kcal. 19,08g Prot. 51,86g H.C. 29,89g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Hummus y Pescado

JUEVES 25

Garbanzos Salteados
Tortilla fr de Jamón York
Ens de Lechuga y Zanah
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
648 Kcal. 31,96g Prot. 50,43g H.C. 32,95g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

VIERNES 26

Macarrones con Tomate
Hamburguesa a la Plancha
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta, Pan y Agua
675 Kcal. 26,56g Prot. 66,66g H.C. 31,92g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LEYENDA

🌰 - cacahuete
🌾 - mostaza
🌿 - apio
🌱 - soja
🐚 - moluscos

🥜 - altramuces
🦀 - frutos de cáscara
🦎 - crustáceos
🌱 - sésamo
🧄 - sulfitos

🌾 - gluten
🐟 - pescado
🥚 - huevo
🥛 - leche
⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Campamento de Verano



LUNES 22

Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado



Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

MARTES 23

Crema de Verduras
Con Carne

Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

MIÉRCOLES 24

Crema de Zanahorias
Con Pollo

Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

JUEVES 25

Crema de Calabacín
Con Pescado



Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

VIERNES 26

Crema de Judías Verdes
Con Pollo

Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 29

Crema de Calabacín
Con Pescado



Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

MARTES 30

Crema Hortelana
Con Pollo

Yogur



MERIENDA: Papilla de Fruta

Campamento de Verano Infantil

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo

- gluten
- pescado
- huevo
- leche

LEYENDA



MIÉRCOLES 1

Paella Valenciana
Bacalao Orly
Ens de Lechuga y Tomate
Yogur, Pan y Agua
673 Kcal. 21,06g Prot. 84,65g H.C. 26,68g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 2

Judías Verdes con Tomate
Cinta de Lomo a la Plancha
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua
515 Kcal. 25,16g Prot. 44,03g H.C. 25,6g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 3

Espirales con Chorizo
Contramuslo de Pollo
Ens de Lechuga y Remolacha
P. Lácteo, Pan y Agua
619 Kcal. 25,36g Prot. 65,36g H.C. 26,97g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 6

Arroz con Tomate
Filete Ruso
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua
667 Kcal. 18,61g Prot. 74,01g H.C. 31,41g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 7

Judías Blancas Guisadas
Tortilla de Atún
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
703 Kcal. 37,28g Prot. 43,89g H.C. 39,19g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 8

Crema de Verduras
San Jacobos
Patatas Panadera
Yogur, Pan y Agua
723 Kcal. 12,16g Prot. 79,82g H.C. 36,67g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Hummus y Pescado

JUEVES 9

Sopa de Fideos
Merluza a la Andaluza
Ensalada Verde
Fruta Variada, Pan y Agua
549 Kcal. 26,41g Prot. 44,95g H.C. 30,55g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

VIERNES 10

Coditos Carbonara
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada del Chef
P. Lácteo, Pan y Agua
760 Kcal. 35,83g Prot. 73,38g H.C. 34,31g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 13

Lentejas a la Madrileña
Tortilla de Calabacín
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
743 Kcal. 31,36g Prot. 60,61g H.C. 38,02g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 14

Macarrones a la Española
Lomo a la Plancha
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua
633 Kcal. 33,83g Prot. 57,94g H.C. 28,5g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 15

Judías Verdes con Tomate
Pollo al Limón
Patatas Dado
Yogur, Pan y Agua
685 Kcal. 23,79g Prot. 48,7g H.C. 41,46g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 16

Arroz a la Milanese
Palometa con Tomate
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
679 Kcal. 34,31g Prot. 70,83g H.C. 30,32g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

VIERNES 17

Crema Hortelana
Fritura Variada
Patatas Panadera
P. Lácteo, Pan y Agua
604 Kcal. 11,29g Prot. 73,62g H.C. 26,96g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Hummus y Pescado

LUNES 20

Guisantes con Jamón
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
634 Kcal. 26,45g Prot. 58,7g H.C. 25,08g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 21

Arroz Tres Delicias
Merluza Enharinada
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta Variada, Pan y Agua
705 Kcal. 32,3g Prot. 75,86g H.C. 29,36g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 22

Garbanzos Estofados
Tortilla de Queso
Ensalada Mixta
Yogur, Pan y Agua
692 Kcal. 31,34g Prot. 56g H.C. 35,1g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

JUEVES 23

Espirales con Tomate
Nuggets de Pollo
Ensalada del Chef
Fruta Variada, Pan y Agua
559 Kcal. 25,6g Prot. 43,83g H.C. 30,17g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 24

Crema de Calabacín
Pollo asado a la Naranja
Patatas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
630 Kcal. 20,52g Prot. 51,24g H.C. 32,11g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 27

Arroz con Tomate
Cinta de Lomo al Grill
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
633 Kcal. 17,34g Prot. 73,36g H.C. 28,7g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 28

Lentejas Guisadas
Tortilla de Patatas
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
714 Kcal. 30,41g Prot. 63,39g H.C. 34,37g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MIÉRCOLES 29

Crema de Verduras
Merluza a la Andaluza
Patatas Dado
Yogur, Pan y Agua
601 Kcal. 26,08g Prot. 49,89g H.C. 31,86g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Hummus y Lomo

JUEVES 30

Macarrones a la Napolitana
Fritura Variada
Ensalada del Chef
Fruta Variada, Pan y Agua
559 Kcal. 25,6g Prot. 43,83g H.C. 30,17g Lip.



SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 31

Crema de Calabaza
Albóndigas en Salsa
Patatas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
630 Kcal. 20,52g Prot. 51,24g H.C. 32,11g Lip.

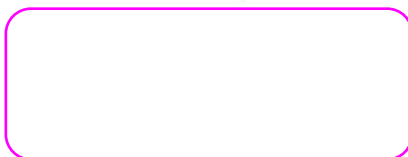


SUGERENCIA DE CENA:
Hummus y Pescado

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- gluten
- pescado
- huevo
- leche

LEYENDA

Campamento de Verano



MIÉRCOLES 1

Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado

Yogur

JUEVES 2

Crema de Judías Verdes
Con Carne

Yogur

VIERNES 3

Crema de Zanahorias
Con Pollo

Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 6

Crema de Verduras con Arroz
Con Ternera

Yogur

MARTES 7

Crema de Calabacín
Con Pescado

Yogur

MIÉRCOLES 8

Crema de Verduras
Con Carne

Yogur

JUEVES 9

Crema de Puerros
Con Pescado

Yogur

VIERNES 10

Crema Hortelana
Con Pollo

Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 13

Crema de Calabacín
Con Pescado

Yogur

MARTES 14

Crema de Zanahorias
Con Carne

Yogur

MIÉRCOLES 15

Crema de Judías Verdes
Con Pollo

Yogur

JUEVES 16

Crema de Menestra con Arroz
Con Pescado

Yogur

VIERNES 17

Crema Hortelana
Con Ternera

Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 20

Crema de Verduras
Con Ternera

Yogur

MARTES 21

Crema de Verduritas con Arroz
Con Pescado

Yogur

MIÉRCOLES 22

Crema de Calabacín
Con Carne

Yogur

JUEVES 23

Puré de Patata y Zanahoria
Con Pescado

Yogur

VIERNES 24

Crema de Judías Verdes
Con Pollo

Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

LUNES 27

Crema de Menestra con Arroz
Con Carne

Yogur

MARTES 28

Crema de Zanahorias
Con Pollo

Yogur

MIÉRCOLES 29

Crema de Verduras
Con Pescado

Yogur

JUEVES 30

Puré de La Huerta
Con Ternera

Yogur

VIERNES 31

Crema de Calabacín
Con Carne

Yogur

MERIENDA: Papilla de Fruta

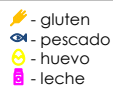
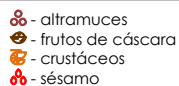
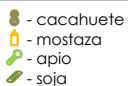
MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

MERIENDA: Papilla de Fruta

Campamento de Verano Infantil



LEYENDA

