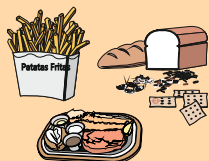


Alergia Legumbres Junio 2026

VALOR NUTRICIONAL ENTRE 6 y 9 AÑOS

Comida de Casa, Comida Casera



H. de Carbono



Lacteos



Vitaminas



Proteinas



Calorias

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
PASTA INTEGRAL ITALIANA Fte. de Merluza Rebozada Lechuga y Tomate Albaricoques Pan (1,2,3,6,9,10,14) HC 62 LIP 32 PRO 27 KCAL 669	Crema Reina Tortilla de Queso Lechuga, Tomate y Aceitunas Sandía Pan (1,2,4,7) HC 47 LIP 27 PRO 21 KCAL 611	Patatas con Verduras Pechuga a la Riojana Lechuga, Tomate y Pipas Naranja en Rodajas Pan (1,7,12) HC 57 LIP 30 PRO 29 KCAL 630	Sopa de Cocido Cocido Completo: (Temera, Pollo, Cerdo, Zanahoria) Plátano PAN INTEGRAL (1,2,6,14) HC 59 LIP 29 PRO 26 KCAL 624	Arroz Milanesa Filete de Sajonia Plancha Lechuga, Tomate y Maíz Yogur Pan (4,6,7) HC 57 LIP 38 PRO 27 KCAL 666
LUNES 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Caracolos Napolitana Fte. de Pescadilla en Salsa Guisantes Salteados Melón Pan (1,3,6,9,10,14) HC 66 LIP 27 PRO 31 KCAL 679	Sopa de Letras Bitokes de Pollo Plancha Escarola, Tomate y Maíz MANZANA Ecológica Pan (1,2,6,7,14) HC 50 LIP 31 PRO 29 KCAL 607	Judías Verdes con Jamón Huevo Frito Patatas Finas Naranja en Rodajas Pan (1,2) HC 59 LIP 33 PRO 20 KCAL 623	ARROZ INTEGRAL CON TOMATE Pechuga a la Plancha Lechuga y Tomate Pera Pan (1) HC 58 LIP 31 PRO 32 KCAL 631	Crema de Verduras Cinta de Lomo Adobada Lechuga, Tomate y Zanahoria Yogur Pan (1,4) HC 53 LIP 27 PRO 25 KCAL 594
LUNES 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Crema Reina Tortilla Española Lechuga, Tomate y Aceitunas Plátano Pan (1,2,7) HC 61 LIP 35 PRO 20 KCAL 616	Judías V. con Tomate Pechuga Plancha Salsa Cajún Lechuga, Tomate y Pipas Yogur Pan (1,14) HC 49 LIP 28 PRO 26 KCAL 622	Arroz a la Milanesa Bacalao a la Riojana Lechuga y Tomate MANZANA Ecológica Pan (1,3,9,10) HC 65 LIP 33 PRO 24 KCAL 653	Espaguetis Integral Bolognesa Filete Empanado Lech. Tom. y Cebolla Sandía Pan (1,2,6,14) HC 65 LIP 33 PRO 24 KCAL 653	Sopa de Fideos Hamburguesa Completa Patatas Fritas Helado (1,2,4,6,14) HC 65 LIP 33 PRO 24 KCAL 653
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Vacaciones de Verano				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES

Alérgenos
(nº)



Estrella Alborch García
NUTRICIONISTA
Dip. NUTRICIÓN HUMANA y DIETÉTICA
Loc. CIENCIA y TECNOLOGÍA de los ALIMENTOS