

MES: Junio 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
	1 Gazpacho con guarnición Contramuslo de pavo en salsa con arroz salteado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	2 Coditos salteados con boloñesa de pollo Filete de merluza al horno con patatas fritas Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	3 Puré de calabacín con picatostes integrales Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos	4 Salmorejo Tortilla de patatas con champiñones salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Patatas 2º Carne con Legumbres y Lácteos	5 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	6 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3196/765 GT: 27 GS: 5 HC: 104 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 3
7 Sopa de verduras con pasta con huevo duro Revuelto de bacalao con patatas con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Fruta	8 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo al horno con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	9 Garbanzos estofados (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Filete de merluza al horno con ensalada mixta Natillas y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	10 Crema de calabaza con picatostes integrales Estofado de pavo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	11 Ensalada de pasta Nuggets de pollo con ensalada de lechuga, palitos de cangrejo y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	12 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	13 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3321/794 GT: 29 GS: 4 HC: 102 AZ: 23 PROT: 42 SAL: 3
14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Tortilla francesa con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	15 Puré de verduras con picatostes integrales Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	16 Macarrones con salsa de tomate con queso Bacalao al horno con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	17 Salmorejo Tortilla de patatas con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta	18 Sopa de verduras con pasta con huevo duro Pescado a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos	19 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	20 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2847/681 GT: 28 GS: 5 HC: 86 AZ: 21 PROT: 35 SAL: 2
21 Gazpacho con guarnición Pollo asado al ajillo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	22 Coditos con salsa de tomate Empanadillas de atún con guisantes salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	23 Crema de zanahoria con picatostes integrales Pincho de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta	24 Arroz salteado Albóndigas de pollo con tomate con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	25 VACACIONES DE VERANO 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	26 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	27 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	VE: 3181/761 GT: 25 GS: 4 HC: 101 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 2
28 VACACIONES DE VERANO 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	29 VACACIONES DE VERANO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	30 VACACIONES DE VERANO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: Junio 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
	1 Gazpacho con guarnición Contramuslo de pavo en salsa con arroz salteado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	2 Pasta (sin huevo) salteada con salsa boloñesa Filete de merluza al horno con patatas fritas Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	3 Puré de calabacín con picatostes integrales Pechuga de pollo rebozada (sin huevo) con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	4 Salmorejo Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	5 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	6 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 3032/725 GT: 26 GS: 5 HC: 93 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 3
7 Sopa de pasta (sin huevo) con jamón Bacalao al horno con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)	8 Arroz con salsa de tomate Lomo al ajillo con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	9 Cocido de garbanzos Filete de merluza al horno con ensalada mixta Natillas y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	10 Crema de calabaza con picatostes integrales Estofado de pavo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	11 Ensalada de pasta sin huevo (jamón dulce, tomate y olivas) Pechuga de pollo rebozada (sin huevo) con ensalada de lechuga, palitos de cangrejo y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)	12 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	13 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3049/729 GT: 23 GS: 4 HC: 98 AZ: 22 PROT: 42 SAL: 2
14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Filete de merluza al horno con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	15 Puré de verduras con picatostes integrales Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	16 Macarrones (sin huevo) boloñesa con queso Bacalao al horno con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	17 Salmorejo Pavo a la plancha con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Lácteos)	18 Sopa de ave con pasta (sin huevo) con jamón Pescado a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)	19 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	20 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	VE: 2742/656 GT: 27 GS: 5 HC: 81 AZ: 20 PROT: 37 SAL: 2
21 Gazpacho con guarnición Pollo asado al ajillo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)	22 Pasta (sin huevo) con tomate Varitas de merluza aptas con guisantes salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	23 Crema de zanahoria con picatostes integrales Pincho de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	24 Arroz salteado Albóndigas con tomate con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)	25 VACACIONES DE VERANO 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)	26 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	27 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 3048/729 GT: 24 GS: 4 HC: 96 AZ: 21 PROT: 43 SAL: 2
28 VACACIONES DE VERANO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	29 VACACIONES DE VERANO 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	30 VACACIONES DE VERANO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: Junio 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
	1 Gazpacho con guarnición Contramuslo de pavo en salsa con arroz salteado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	2 Coditos a la boloñesa Filete de merluza al horno con patatas fritas Yogur (sin lactosa) y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	3 Puré de calabacín con picatostes integrales Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	4 Salmorejo Tortilla de patatas con champiñones salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos)	5 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	6 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	VE: 3092/740 GT: 27 GS: 4 HC: 97 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 3
7 Sopa de fideos con huevo y jamón Revuelto de bacalao con patatas con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)	8 Arroz con salsa de tomate Lomo al ajillo con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)	9 Cocido de garbanzos Filete de merluza al horno con ensalada mixta Natillas y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	10 Crema de calabaza con picatostes integrales Estofado de pavo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	11 Ensalada de pasta Nuggets de pollo con ensalada de lechuga, palitos de cangrejo y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	12 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	13 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 3319/794 GT: 30 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 40 SAL: 3
14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	15 Puré de verduras con picatostes integrales Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	16 Macarrones con boloñesa de chorizo Bacalao al horno con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur (sin lactosa) y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)	17 Salmorejo Tortilla de patatas con zanahorias baby Fruta de temporada y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos)	18 Sopa de ave con pasta con huevo y jamón Pescado a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	19 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	20 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 2822/675 GT: 26 GS: 4 HC: 87 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 2
21 Gazpacho con guarnición Pollo asado al ajillo con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)	22 Coditos con salsa de tomate Empanadillas de atún con guisantes salteados Fruta de temporada y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	23 Crema de zanahoria con picatostes integrales Pincho de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada y pan integral (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Lácteos)	24 Arroz salteado Albóndigas con tomate con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Yogur (sin lactosa) y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	25 VACACIONES DE VERANO 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	26 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	27 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3250/778 GT: 26 GS: 5 HC: 102 AZ: 21 PROT: 41 SAL: 2
28 VACACIONES DE VERANO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	29 VACACIONES DE VERANO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	30 VACACIONES DE VERANO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES