


ESCUELA DE VERANO UMH, C. DE SANT JOAN

MENÚ BASAL

MENÚ JULIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> Hervido valenciano Albóndigas en salsa Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Entremeses con rodajas de tomate natural y aceitunas Arroz meloso de pescado Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de tomate, pepino, zanahoria Lentejas campesinas Croquetas de jamón Pan blanco o integral
6	7	8	9	10
<ul style="list-style-type: none"> Entremeses y ensalada de tomate, pepino y maíz Fideuá de verdura Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate, pepino Olleta alicantina Pizza de jamón cocido y queso Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y maíz Crema de guisantes con manzana Lomo en salsa de naranja Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Lechuga, pepino y zanahoria Alubias con calabaza Tortilla francesa Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Arroz 3 delicias Bacaladilla a la andaluza Pan blanco o integral Yogur
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de tomate, pepino y maíz Garbanzos con verduras Tortilla francesa Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho andaluz Arroz con magro y verdura Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta con atún y verdura Rustidera de merluza con verdura Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y maíz con quinoa Pollo al horno con patatas y verduras Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de tomate, pepino, zanahoria Lentejas con verdura Pizza carbonara Pan blanco o integral Helado
20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate, maíz Arroz blanco con tomate Longanizas al horno Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Lechuga, tomate, atún Lentejas con calabaza Merluza a la naranja Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de tomate, pepino y maíz Crema de zanahoria y naranja Tortilla de patatas Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho de sandía Ensalada de pasta con verdura, jamón cocido y queso Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y maíz Pasta con tomate Tortilla francesa con queso Pan blanco o integral Yogur
27	28	29	30	31
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna Garbanzos con acelgas y boniato Tortilla francesa y queso Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de tomate, pepino y maíz Arroz con pollo Pan blanco o integral Fruta fresca de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y maíz Pasta con tomate y queso Tortilla francesa Pan blanco o integral 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Crema de calabaza Lomo en salsa Pan blanco o integral Fruta de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Sopa de ave Hamburguesa completa con patatas Helado

¡FELIZ VERANO!

¡Os esperamos a la vuelta!



-USAMOS EN NUESTROS MENÚS UN 70%-80% DE PRODUCTO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
-TODAS LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

GESTIÓN DE ALÉRGICOS: este menú puede contener alguno de los alérgenos contemplados en el RE 1169/2011, anexo II. Si su hijo es alérgico o intolerante a algún alimento o padece alguna alteración metabólica, diabetes, colesterol, etc. Por favor, solicite un informe médico y preséntelo al encargado del comedor. Nuestro departamento de nutrición, diseñará para su hijo un menú personalizado. En cualquier caso, el personal del comedor dispone del informe nutricional de todos los menús, sus alérgenos, composición nutricional, etc, si lo necesita, puede solicitar dicha información.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000
CERTIFICADO ISO 9001


Huele
A RISAS y EMOCIONES
pero, sobre todo...
¡HUELE A vacaciones!



T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO:

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO?
SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

 @tcuidaalimentaria

 @tcuidaalimentaria

 www.tcuidaalimentaria.com

