

Menú Junio 2025

Colegio, Sin pescado

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

- Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1
- Pollo al horno
- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 18.82%, G: 28.89%, HC: 52.29%, Az: 26.81gr
Sal: 0.97gr, AGS: 2.03gr, 417.54 Kcal

3

- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro
- Macarrones con tomate, ternera y queso
- Naranja
- **Pan blanco ecológico**

P: 14.66%, G: 32.81%, HC: 52.54%, Az: 13.13gr
Sal: 1.59gr, AGS: 4.09gr, 458.51 Kcal

4

- Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo v1
- Omelet
- Salteado de calabacín y champiñones
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 18.08%, G: 28.73%, HC: 53.19%, Az: 25.39gr
Sal: 1.43gr, AGS: 3.22gr, 421.24 Kcal

5

- Ensalada de lechuga, pepino, zanahoria, maíz y queso fresco
- Pollo al horno especiado
- Arroz hervido v.1
- Mandarina
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 15.88%, G: 33.78%, HC: 50.34%, Az: 10.96gr
Sal: 1.44gr, AGS: 3.81gr, 458.76 Kcal

6

- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1
- Tortilla de patata con calabacín ta v2
- Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca
- Manzana
- **Pan blanco ecológico**

P: 16.51%, G: 27.55%, HC: 55.94%, Az: 15.66gr
Sal: 1.49gr, AGS: 1.99gr, 452.74 Kcal

9

- Crema de espinacas, calabacín y cebolla
- Magro de cerdo al horno al ajillo
- Patatas gajo especiadas al horno v1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 15.05%, G: 34.17%, HC: 50.78%, Az: 27.41gr
Sal: 0.99gr, AGS: 2.86gr, 464.56 Kcal

10

- Arroz hervido con ajo, aove y sal
- Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate v.2
- Huevo a la plancha
- Yogurt natural
- **Pan blanco ecológico**

P: 11.61%, G: 39.01%, HC: 49.38%, Az: 17.14gr
Sal: 1.22gr, AGS: 5.38gr, 532.72 Kcal

11

- Potaje de garbanzos con espinacas
- Tortilla de patata con cebolla ta v1
- Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
- Pera
- **Pan blanco ecológico**

P: 13.53%, G: 34.50%, HC: 51.97%, Az: 18.35gr
Sal: 2.45gr, AGS: 3.14gr, 525.46 Kcal

12

- Sopa de estrellas, patata, zanahoria y pollo v.1
- Pollo al horno
- Tomate aliñado con aceitunas
- Fruta: plátano
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 21.15%, G: 22.03%, HC: 56.82%, Az: 26.97gr
Sal: 1.01gr, AGS: 1.65gr, 414.97 Kcal

13

- Ensalada de espirales con huevo duro, maíz, zanahoria y aceitunas
- Omelet
- Lechuga aliñada
- Fruta: melón v1
- **Pan blanco ecológico**

P: 16.83%, G: 34.34%, HC: 48.83%, Az: 10.28gr
Sal: 1.91gr, AGS: 4.58gr, 518.24 Kcal

16

- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2
- Pollo al horno
- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1
- Fruta: plátano
- **Pan blanco ecológico**

P: 19.09%, G: 25.24%, HC: 55.67%, Az: 28.15gr
Sal: 0.95gr, AGS: 1.79gr, 408.54 Kcal

17

- Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja
- Pasta con tomate
- Mandarina
- **Pan blanco ecológico**

P: 12.53%, G: 30.24%, HC: 57.23%, Az: 15.16gr
Sal: 1.56gr, AGS: 2.71gr, 435.65 Kcal

18

- Crema de verduras
- Omelet
- Tomate aliñado
- Naranja
- **Pan blanco ecológico**

P: 16.02%, G: 43.34%, HC: 40.63%, Az: 14.49gr
Sal: 1.38gr, AGS: 3.38gr, 352.46 Kcal

19

- Arroz hervido con tomate
- Hamburguesa de ternera 100% al horno
- Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco
- Manzana
- **Pan ecológico integral 100%**

P: 19.47%, G: 29.67%, HC: 50.86%, Az: 10.39gr
Sal: 0.96gr, AGS: 5.04gr, 480.36 Kcal

20

- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1
- Tortilla de patata con calabacín ta v2
- Queso fresco
- Pera
- **Pan blanco ecológico**

P: 15.73%, G: 36.64%, HC: 47.63%, Az: 15.39gr
Sal: 1.31gr, AGS: 4.54gr, 516.61 Kcal

23

- Ensalada de brotes tiernos, maíz, zanahoria y queso fresco
- Pinchitos de pollo al horno en salsa de pimiento y cebolla
- Patatas gajo al horno
- Fruta fresca
- **Pan blanco ecológico**

P: 22.04%, G: 37.13%, HC: 40.82%, Az: 15.61gr
Sal: 1.36gr, AGS: 3.70gr, 400.67 Kcal

24

- Macarrones con tomate y queso
- Pavo al horno con salsa de cebolla y ajo v3
- Ensalada de lechuga y maíz
- Fruta fresca
- **Pan blanco ecológico**

P: 13.59%, G: 39.44%, HC: 46.96%, Az: 16.67gr
Sal: 1.43gr, AGS: 3.79gr, 554.19 Kcal

25

26

27

30

1

2

3

4

F. Cáscara / Apio / Mostaza / Sésamo / SO2 / Moluscos / Altramuces / Gluten / Crustáceos / Huevos / Pescados / Cacahuets / Soja / Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Cátering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.