

Ración diaria de pan:
Infantil: 15 gr.
Primaria: 25 gr
(Se ofrecerá pan integral)

CEIP CAMPO DE BORJA. MENÚ 1º TRIMESTRE CURSO 2022-23

MENÚ Nº 1	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Del 8 a 9 Sep Del 17 a 21 oct Del 28 nov a 2 dic	Macarrones con verduras			Lentejas			Guisantes			Sopa			Arroz con tomate	
Lenguado rebozado y ensalada			Pechugas de pollo con ensalada			Ternera guisada			Pollo asado con ensalada			Salchichas			
Fruta			Fruta			Yogur			Fruta			Fruta			
3 - 5 años		6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
Kcal	539	602	734	463	602	679	424	509	539	544	610	754	511	581	711
MENÚ Nº 2	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Espaguetis con verduras			Migas con huevo frito			Patatas asadas			Garbanzos con arroz y bacalao			Judías verdes		
Del 12 a 16 sep Del 24 a 28 oct Del 7 a 9 dic	Lomo plancha con ensalada			Ensalada mixta			Pavo guisado y ensalada			Carrillera guisada			Albondigas		
	Fruta			Fruta			Yogur			Fruta			Fruta		
	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
	Kcal	508	606	734	502	566	618	308	610	761	534	609	721	454	543
MENÚ Nº 3	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Arroz de verduras y pollo			Puré de verduras			Sopa de cocido			Fideua			Judías blancas con verdura		
Del 19 a 23 sep Del 2 a 4 nov Del 12 a 16 dic	Ensalada mixta			Merluza rebozada y ensalada			Pechugas de pollo con ensalada			Ternera empanada			Ternasco plancha con ensalada		
	Fruta			Fruta			Yogur			Fruta			Fruta		
	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
	Kcal	548	610	696	439	539	617	356	462	535	470	549	768	385	481
MENÚ Nº 4	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Lentejas con arroz			Espaguetis con verduras			Patatas asadas			Judías verdes			Sopa		
Del 26 a 30 sep Del 7 a 11 nov Del 19 a 22 dic	Fletán rebozado con ensalada			Pechugas de pollo con ensalada			Redondo de ternera			Carrillera guisada			Albondigas con ensalada		
	Yogur			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta		
	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
	Kcal	487	591	685	515	632	752	482	583	676	475	647	718	373	428
MENÚ Nº 5	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Macarrones con tomate			Guisantes			Arroz con tomate y verduras			Sopa			Judías blancas con verdura		
Del 3 a 7 oct Del 14 a 18 nov	Lomo plancha con ensalada			Pollo asado con ensalada			Pavo guisado			Albondigas con ensalada			Merluza rebozada y ensalada		
	Fruta			Fruta			Yogur			Fruta			Fruta		
	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
	Kcal	575	622	800	379	471	543	462	556	657	567	610	749	455	532
MENÚ Nº 6	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	Arroz de verduras y pollo			Puré de verduras			Fideua			Garbanzos con verduras			Judías verdes		
Del 10 a 14 oct Del 21 a 25 nov	Ensalada mixta			Lomo plancha con ensalada			Merluza rebozada y ensalada			Salchichas			Ternasco plancha con ensalada		
	Fruta			Fruta			Yogur			Fruta			Fruta		
	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años	3 - 5 años	6 - 8 años	9 - 12 años
	Kcal	521	600	730	385	478	563	572	610	794	565	610	793	439	572