

**SABÍAS QUE...** LAS SEMILLAS DE CHIA Y QUINOA ADEMÁS DE SER UN COMPLEMENTO IDEAL PARA LOS POSTRES SON RICAS EN OMEGA 3, LO QUE AYUDA A LA SALUD CARDIOVASCULAR

junio-24



**COLEGIO MARIA NEBRERA**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
·ESTOFADO DE CARNE CERDO	·POTAJE DE ALUBIAS	·SOPA DE ALBONDIGAS	·MACARRONES CON TOMATE Y QUESO	·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA
·BACALAO AL HORNO CON VERDURITAS	·PECHUGA DE POLLO EN SALSAS AURORA	·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA	·LOMO AL HORNO CON MENESTRA	·PIZZA
FRUTA	FRUTA	CHOCONATILLAS.	FRUTA	FRUTA
10	11	12	13	14
·SOPA DE PICADILLO	·GUIISO DE LENTEJAS	·SOPA DE ARROZ	·CODITOS CON POLLO	·CREMA DE VERDURAS
·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL	·NUGGETS DE POLLO	·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA	·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA	·HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATAS
FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA
17	18	19	20	21
·LENTEJAS ESTOFADAS	·MACARRONES CON ATUN	·CREMA DE CALABACIN	·COCIDO DE VERDURAS	·COMIDA ESPECIAL VACACIONES COLEGIOS
·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA	·LOMO AL HORNO CON MENESTRA	·TORTILLON DE PATATAS Y ESPINACAS CON TOMATE NATURAL	·PECHUGA DE POLLO A LA JARDINERA	
FRUTA	FRUTA	POSTRE ESPECIAL.	FRUTA	FRUTA
24	25	26	27	28

\*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de [nutricion@restauracionqs.com](mailto:nutricion@restauracionqs.com)

\*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado