



JUNIO
2024

MENÚ BASAL
COMIDAS

COLEGIO SAN MARTÍN DE TOURS

3 4 5 6 7

Sopa con picadillo de carne	Judías verdes con sofrito de tomate y jamón	Lentejas con puerro y zanahoria guisadas con pimentón	Macarrones a la napolitana	Alubias blancas estofadas con zanahoria, cebolla y calabacín
Pollo al horno con verduras	Tortilla de patata al horno con calabacín orly	Albóndigas de pescado en salsa con verduras	Lomo de cerdo adobado a la plancha con ensalada mixta	Merluza a la gallega con patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada	Yogur	Fruta fresca de temporada	Yogur	Fruta fresca de temporada

10 11 12 13 14

Menestra imperial	Lentejas a la jardinera con zanahoria, cebolla y puerro	Sopa de pescado con cebolla, zanahoria y perejil	Garbanzos estofados con zanahoria, y calabacín	Arroz con verduras
Hamburguesa mixta al horno con patatas fritas	Croquetas de bacalao con zanahoria salteada	Filete de lomo con pimientos, guisantes y patatas asadas	Pollo al horno con champiñones	Tortilla francesa de atún con coliflor
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Yogur	Fruta fresca de temporada

17 18 19 20 21

Lentejas con zanahoria, patata, cebolla y puerro	Sopa de verduras	Fideua mixta con pimiento rojo, cebolla y pollo en dados	Alubias blancas con hortalizas frescas	Judías con patatas
Huevos a la española	Pavo guisado con verduras y arroz integral	Merluza marinera al horno con zanahoria	Albóndigas a la jardinera	Delicias de pollo con ensalada variada
Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada	Yogur	Fruta fresca de temporada

24 25 26 27 28

Lentejas con verduras	Menestra salteada	Pasta con tomate, queso y chorizo	Puré de zanahoria	Ensalada de garbanzos
Hamburguesa con patatas fritas	Tortilla de patata con coliflor orly	Empanadillas de atún con salsas variadas	Pollo asado con pimientos	San Marinos con patata panadera
Fruta fresca de temporada	Flan	Postre fin de curso	Fruta fresca de temporada	Fruta fresca de temporada

MARIAN SÁNCHEZ - TÉCNICO NUTRICIONISTA AUSOLAN - 16574812T