

MENÚ 36 - DEL 9 AL 13 DE JUNIO DE 2025

C.P.I.F.P. San Blas

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Leche, café, cacao puro, pan integral, cereales integrales y fruta. (jueves: jamón serrano)				
	 519 Kcal				
Media Mañana	Bocadillo vegetal (322Kcal) + Fruta.	Bocadillo de lomo con queso (372 Kcal) + fruta	Bocadillo de lomo embuchado (513 Kcal) + fruta	Bocadillo tortilla y queso (341Kcal) + fruta	Bocadillo de atún con tomate (442Kcal) + fruta
	364 Kcal	422 Kcal	563 Kcal	352 Kcal	471 Kcal
Comida	Arroz a la cubana (610Kcal), conejo al horno con patatas (242 Kcal) + Fruta.	Tallarines carbonara (213 Kcal), Lubina al horno con patatas (253Kcal)+ Fruta.	Lentejas con verduras (328 Kcal) , Salmón a la plancha (362Kcal)+ Fruta.	Verduras al vapor (218Kcal), albóndigas caseras (352 Kcal) y fruta.	Ensaladilla Rusa (406 Kcal), chuletas de pavo con pimientos (279Kcal) + fruta
	595 Kcal	642 Kcal	781 Kcal	511 Kcal	545Kcal
Merienda	Bocadillo de jamón serrano (442 Kcal) + fruta	Leche + Bizcocho casero (305 Kcal) + Fruta.	Sándwich de jamón york y queso (244 Kcal) + Fruta.	Bocadillo queso semicurado con mermelada (322Kcal) + Fruta.	Bocadillo de pechuga a la plancha(799 Kcal) + fruta
	471 Kcal	335 Kcal	267 Kcal	364 Kcal	824 Kcal
Cena	Crema de verduras (237 Kcal), tortilla de patata y calabacín (420 Kcal) + Fruta.	Melón con jamón (264 Kcal), merluza rebozada (273 Kcal) y Fruta.	Hojaldre verduras (213Kcal), huevos rellenos (274 Kcal), Fruta.	Sopa de pescado (197 Kcal), (142 Kcal) con ensalada + Fruta	
	837 Kcal	386 Kcal	683 Kcal	561 Kcal	

Leyenda de los alérgenos						
CRUSTÁCEOS	SÉSAMO	FRUTOS SECOS	GLUTEN	HUEVOS	PESCADO	MOLÚSCOS
MOSTAZA	APIO	CACAHUETES	LÁCTEOS	SULFITO	SOJA	ALTRAMUZ