



Menú Castilla la Mancha Mixta Junio 2023



Sin Cerdo - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	2 Fideuá de Verduras ECO. Merluza al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
5 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	6 Ensalada de Pasta Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	7 Crema de Zanahoria ECO. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	8  FESTIVO	9 Guisantes Rehogados Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
12 Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	13 Arroz a Banda. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14 Coliflor en Tempura Guiso de Patata con Merluza Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	15 Sopa de Fideos Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16 Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
19 Judías Verdes Rehogadas Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	20  DÍA ESPECIAL Ensalada Mixta Tortilla Francesa con Queso. Patatas Chips Pan y Agua Natillas de Vainilla Cena: Verdura + Pescado + Fruta	21	22	23

mediterránea

Menú Castilla la Mancha Mixta Junio 2023



Sin Lactosa - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	2Fideuá de Verduras ECO. Merluza al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
5Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	6Ensalada de Pasta Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	7Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	8 <div> FESTIVO</div>	9Guisantes Rehogados Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Carne + Fruta
12Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	13Arroz a Banda. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14Ensalada Mixta Guiso de Patata con Merluza Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	15Sopa de Fideos Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
19Judías Verdes Rehogadas Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	20 <div> DÍA ESPECIAL</div> Ensalada Mixta Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Chips Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta	21	22	23

mediterránea

Menú Castilla la Mancha Mixta Junio 2023



Sin Lactosa ni Salsa de Tomate - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1Lentejas Estofadas Sin Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	2Fideuá de Verduras sin Tomate Merluza al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
5Lentejas Estofadas Sin Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	6Ensalada de Pasta Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	7Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	8 <div> FESTIVO</div>	9Guisantes Rehogados Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Carne + Fruta
12Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	13Arroz a Banda Sin Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14Ensalada Mixta Guiso de Patata con Merluza sin Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	15Sopa de Fideos Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
19Judías Verdes Rehogadas Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	20 <div> DÍA ESPECIAL</div> Ensalada Mixta Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Chips Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta	21	22	23

mediterránea

Menú Castilla la Mancha Mixta Junio 2023

Sin Alubias - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	2Fideuá de Verduras ECO. Merluza al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
5Lentejas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con York. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	6Ensalada de Pasta Albóndigas Mixtas Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	7Crema de Zanahoria ECO. Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	8 <div> FESTIVO</div>	9Guisantes Rehogados Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta
12Lentejas con Chorizo. Tortilla Francesa con Atún. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	13Arroz a Banda. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	14Coliflor en Tempura Guiso de Patata con Merluza Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	15Sopa de Fideos Rotti de Pavo al Horno. Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
19Judías Verdes Rehogadas Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	20 <div> DÍA ESPECIAL</div> Ensalada Mixta Hamburguesa Completa Patatas Chips Natillas de Vainilla Cena: Verdura + Pescado + Fruta	21	22	23

mediterránea