



LOS BILLARES CATERING S.L.
 Nº RGSEAA: 26.08977/CO
 957 684 199
 info@losbillares.com

MENÚ COLEGIO

JUNIO

Nota: La fruta habitual es manzana, pera, naranja, mandarinas, plátano. Sandía y melón en temporada.

TODOS NUESTROS CALDOS ESTAN ELABORADOS DE MANERA CASERA EN NUESTRAS INSTALACIONES

LUNES 5	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Cazuela de fideos con verduras (pimiento, tomate, ajo, gu) Huevos fritos horno Patatas fritas horno Yogur y pan	Lentejas con verduras Merluza al horno Menestra verduras (judías, zanahoria, berenjena) Fruta del tiempo y pan	Arroz caldoso con pollo Tortilla de atún Lechuga y maíz Fruta del tiempo y pan	Habichuelas marineras (gamba, calamar, merluza) Empanada de york y queso Lechuga y zanahoria Fruta del tiempo y pan integral	Macarrones a la boloñesa (ternera, cerdo) Croquetas de bacalao Lechuga y tomate Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 3298kJ/ 787kcal Grasas 28,2g / Saturadas 7,41g Hidratos de carbono 92,9g/ Azúcares 20,9g Proteínas 32g/ Sal 4,05g	Valor energético: 3065kJ/ 726kcal Grasas 22,55g / Saturadas 3,71g Hidratos de carbono 85,44g/ Azúcares 26,32g Proteínas 45,22g/ Sal 4,54g	Valor energético: 3334kJ/ 791,8kcal Grasas 33,4g / Saturadas 7,26g Hidratos de carbono 87,1g/ Azúcares 23,4g Proteínas 36,2g/ Sal 3,7g	Valor energético: 3690kJ/ 877kcal Grasas 46,241,4g / Saturadas 16,5g Hidratos de carbono 89,4g/ Azúcares 14,02g Proteínas 25,7g/ Sal 4,3g	Valor energético: 2545kJ/ 604kcal Grasas 27,8g / Saturadas 4,83g Hidratos de carbono 73g/ Azúcares 33,7g Proteínas 9,88g/ Sal 3,14g
Sugerencia cena: carne plancha+ fruta + pan	Sugerencia cena: salteado de huevo y pechuga de pollo + lácteo + pan	Sugerencia cena: crema de verduras + lácteo + pan	Sugerencia cena: ave con verduras plancha + lácteo+ pan	Sugerencia para la cena: Huevos revueltos + lácteo + pan
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Crema de calabacín Pollo al horno Patatas al horno Yogur y pan	Estofado de patatas con verduras Bacalao con tomate Lechuga Fruta del tiempo y pan	Cocido de verduras y pollo Revuelto de huevo con patatas y jamón Tomate picado Fruta del tiempo y pan	Arroz a la cubana con atún Pollo a la jardinera Fruta del tiempo y pan integral	Espirales napolitana (salsa tomate, queso) Albóndigas de merluza Patatas panaderas Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 3107kJ/ 735kcal Grasas 28,8g / Saturadas 5,4g Hidratos de carbono 72,9g/ Azúcares 24,2g Proteínas 47,05g/ Sal 3,4g	Valor energético: 2705kJ/ 639kcal Grasas 24,6g / Saturadas 3,9g Hidratos de carbono 78,5g/ Azúcares 31,5g Proteínas 26,5g/ Sal 3,3g	Valor energético: 2905kJ/ 700kcal Grasas 21,71g / Saturadas 5,19g Hidratos de carbono 89,26g/ Azúcares 25,9g Proteínas 39,5g/ Sal 2,5g	Valor energético: 2994kJ/ 667kcal Grasas 24,1g / Saturadas 4,7g Hidratos de carbono 92,6g/ Azúcares 19,7g Proteínas 28,4g/ Sal 4,5g	Valor energético: 2965,88kJ/ 700,91kcal Grasas 29,4g / Saturadas 4,88g Hidratos de carbono 94g/ Azúcares 30,51g Proteínas 26,54g/ Sal 4,5g
Sugerencia cena: sopa de pescada y queso + fruta	Sugerencia cena: carne + verdura horno+ lácteo + pan	Sugerencia cena: pescado horno + lácteo + pan	Sugerencia cena: sopa de verduras con pollo + lácteo + pan	Sugerencia cena: crema de verduras + carne plancha+ pan
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Crema de calabaza Croquetas de jamón Zanahoria baby Yogur y pan	Estofado de patatas con ternera Tortilla de calabacín Menestra verduras (judías, zanahoria, berenjena) Fruta del tiempo y pan	Coditos con tomate y salchichas (pollo) Merluza en salsa marinera Lechuga Fruta del tiempo y pan	Lentejas con verduras Pollo con tomate Zanahoria rallada Fruta del tiempo y pan integral	Potaje de garbanzos, habichuelas y verduras Albóndigas de pollo en salsa caseras Arroz salteado Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 2988,33kJ/ 706,11kcal Grasas 25,96g / Saturadas 12,1g Hidratos de carbono 56,26g/ Azúcares 25,5g Proteínas 18,19g/ Sal 4,28g	Valor energético: 3105kJ/ 743kcal Grasas 36,2g / Saturadas 7,23g Hidratos de carbono 89,25g/ Azúcares 36,62g Proteínas 31,06g/ Sal 4,15g	Valor energético: 3359kJ/ 797kcal Grasas 31,4g / Saturadas 6,7g Hidratos de carbono 90,3g/ Azúcares 24,5g Proteínas 38,5g/ Sal 3,5g	Valor energético: 2932,8kJ/ 694,54kcal Grasas 21,07g / Saturadas 5,42g Hidratos de carbono 78,04g/ Azúcares 16,33g Proteínas 53,4g/ Sal 2,64g	Valor energético: 3280kJ/ 794kcal Grasas 27,5g / Saturadas 6,79g Hidratos de carbono 83,8g/ Azúcares 28,7g Proteínas 44,13g/ Sal 5g
Sugerencia cena: carne con verduras horno + fruta + pan	Sugerencia cena: pescado con verduras al horno + lácteo + pan	Sugerencia para la cena: crema de verduras+ jamón cocido + lácteo + pan	Sugerencia para la cena: pescado horno+ verduras cocinada + lácteo + pan	Sugerencia cena: Huevos revueltos + verduras plancha + lácteo + pan
LUNES 24				