

JUNIO 2016

COLEGIO LUIS DE MORALES

Felices vacaciones



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 de junio de 2016	2 de junio de 2016	3 de junio de 2016
		SOPA DE PESCADO	ALUBIAS ESTOFADAS	MACARRONES NAPOLITANA
		ALBONDIGAS JARDINERAS	VARITAS DE MERLUZA	LOMO PLANCHA
		ENSALADA CON ZANAHORIAS	PATATAS CHILLI	
		FRUTA DE TEMPORADA	LACTEO	FRUTA DE TEMPORADA
6 de junio de 2016	7 de junio de 2016	8 de junio de 2016	9 de junio de 2016	10 de junio de 2016
ARROZ EXTREMEN ^O	PATATAS CON BACALAO	CREMA DE ZANAHORIA	SOPA DE COCIDO	TALLARINES NAPOLITANA
TIKIADIA EN SALSA	TORTILLA FRANCESA	POLLO EN PEPITORIA	GARBANZOS CON SUS PRESAS	MERLUZA REBOZADA
VERDURITAS VAPOR	LECHUGA, TOMATE Y MAIZ			PATATAS DADO
FRUTA DE TEMPORADA	LACTEO	FRUTA DE TEMPORADA	LACTEO	FRUTA DE TEMPORADA
13 de junio de 2016	14 de junio de 2016	15 de junio de 2016	16 de junio de 2016	17 de junio de 2016
SOPA DE AVE	LENTEJAS A LA CASTELLANA		ALUBIAS ESTOFADAS	
ALBONDIGAS CON TOMATE	LENGUARDITOS AL HORNO	PECHUGA DE POLLO EMPANADA	TORTILLA FRANCESA	MENÚ ESPECIAL
GUISANTES	ZANAHORIA VAPOR	LECHUGA, MAIZ, TOMATE	FIAMBRE	
FRUTA DE TEMPORADA	LACTEO	FRUTA DE TEMPORADA	LACTEO	
20 de junio de 2016				
CODITOS ITALIANA				
HAMBURGUESAS AL HORNO				
PATATAS DADO				
FRUTA DE TEMPORADA				

Cambiamos de estación, los libros por la piscina, la manga larga por el bañador... pero no podemos cambiar nuestras rutinas alimenticias. Aunque es normal relajarse un poco en vacaciones, conviene respetar el horario de alimentación, mantener una dieta equilibrada y beber abundante agua, además de respetar las horas de digestión.

