



Menú Escolar Junio 2026

Lunes 1 Patatas guisadas Merluza con ensalada Fruta, pan integral y agua		Martes 2 Lentejas con verduras Magro con salsa Yogur, pan y agua		Miércoles 3 Acelgas con patatas rehogadas Tortilla francesa con queso Fruta, pan y agua		Jueves 4 Arroz integral a la marinera Croquetas con ensalada Fruta, pan y agua		Viernes 5 Sopa Pollo al horno con patatas Fruta, pan y agua	
KCal.: 721	Lip.: 20,5	KCal.: 531	Lip.: 18,7	KCal.: 515	Lip.: 16,4	KCal.: 645	Lip.: 31	KCal.: 641	Lip.: 28
Prot.: 42	H.car.: 96	Prot.: 14,6	H.car.: 75,4	Prot.: 25,2	H.car.: 79	Prot.: 11,9	H.car.: 104	Prot.: 27	H.car.: 93
Lunes 8 Arroz con tomate Tortilla francesa con loncha de queso Fruta, pan integral y agua		Martes 9 Macarrones integrales con tomate Pescado al horno Fruta, pan y agua		Miércoles 10 Puré de verduras Lomo de sajonia con patatas chips Fruta, pan y agua		Jueves 11 Garbanzos con verduras Salchichas de pollo con tomate Fruta, pan y agua		Viernes 12 Patatas a la riojana Merluza al horno Yogur, pan y agua	
KCal.: 699	Lip.: 27	KCal.: 742	Lip.: 23	KCal.: 642	Lip.: 19	KCal.: 691	Lip.: 27	KCal.: 721	Lip.: 20,5
Prot.: 20	H.car.: 87	Prot.: 31	H.car.: 102	Prot.: 33	H.car.: 86	Prot.: 29	H.car.: 83	Prot.: 42	H.car.: 96
Lunes 15 Arroz integral con verduras Pollo al horno Fruta, pan y agua		Martes 16 Sopa Tortilla con lechuga y loncha de queso Fruta, pan integral y agua		Miércoles 17 Espirales con tomate Croquetas con ensalada Fruta, pan y agua		Jueves 18 Lentejas estofadas Calamare con loncha de queso y ensalada Fruta, pan y agua		Viernes 19 Entremeses Pechuga plancha con rodaja de tomate Natilla, pan y agua	
KCal.: 764	Lip.: 27,5	KCal.: 531	Lip.: 18,7	KCal.: 697	Lip.: 27,5	KCal.: 721	Lip.: 5/	KCal.: 758	Lip.: 42
Prot.: 26	H.car.: 120	Prot.: 14,6	H.car.: 75,4	Prot.: 28,2	H.car.: 114	Prot.: 29	H.car.: 93	Prot.: 35	H.car.: 60
Lunes 22 VACACIONES		Martes 23 VACACIONES		Miércoles 24 VACACIONES		Jueves 25 VACACIONES		Viernes 26 VACACIONES	
KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:
Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:
Lunes 29 VACACIONES		Martes 30 VACACIONES							
KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:						
Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:						

Menú de salvaguarda: Lentejas con arroz; Jamón de York con patatas chips; melocotón en almíbar

Los valores nutricionales indicados son aproximados y corresponde a la ración media para un alumno/a de 10-12 años. Para alumnos/as de 4-5 años el tamaño de las raciones y los valores nutricionales se reducen en un 15 % aproximadamente

A los alumnos/as con incompatibilidades alimentarias (médicas, religiosas...) se les sustituirán los alimentos incompatibles por otros adecuados.

A continuación se especifican las sustituciones concretas para los alumnos/as que no comen carne (por ejemplo los musulmanes)

* Este menú se puede consultar en la página web del colegio: www.anasalcániz.com



COLEGIO LA INMACULADA



Junio 2026

Sustituciones de alimentos para los alumnos que no comen carne

Día	Sustitución
2	Empanadillas de atún
4	Croquetas de pescado y tomate
5	Varitas de pescado con ensalada
10	Rodaja de merluza con ensalada
11	Tortilla francesa con rodaja de tomate
15	Huevos al plato
17	Empanadillas de atún
19	Entremeses (queso, huevo duro, rabas, rodaja tomate...) y Rabas de calamar