



SEMANA 1		LUNES	1	MARTES	2	MIERCOLES	3	JUEVES	4	VIERNES	5
Primer Plato	Puré de Puerros			Arroz al Vapor		Sopa de Ave		Macarrones con Tomate		Pure de Lentejas	
Segundo Plato	Ragout de Ternera			Filete de Lomo		Fritura de Pescado		Filete de Pollo en Salsa		Tortilla de Jamón	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Patatas Panadera		Verduritas		Ensalada	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 2		LUNES	8	MARTES	9	MIERCOLES	10	JUEVES	11	VIERNES	12
Primer Plato	Arroz con Tomate			Puré de Garbanzos		Sopa de Estrellitas		Puré de Verduras		Coditos con Queso	
Segundo Plato	San Jacobo			Pollo Asado		Tortilla de Patata		Albondigas en Salsa		Merluza a la Riojana	
Guarnición	Ensalada			Verduritas		Ensalada		Patatas Fritas		Ensalada	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 3		LUNES	15	MARTES	16	MIERCOLES	17	JUEVES	18	VIERNES	19
Primer Plato	Fideua Alicantina			Sopa de Lluvia		Arroz con Tomate		Pure de Legumbres		Puré de Calabacín	
Segundo Plato	Tortilla de Jamón			Croquetas y Empanadillas		Hamburguesa a la Plancha		Fil de Pollo a la Plancha		Merluza Rebozada	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Ensalada		Verduritas		Patatas al Horno	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 4		LUNES	22	MARTES	23	MIERCOLES	24	JUEVES	25	VIERNES	26
Primer Plato	Lentejas Estofadas			Macarrones con Tomate		Puré de Verduras		Arroz con Pollo		Ensalada Alemana	
Segundo Plato	Nuggets de Pollo			Salchichas Frankfurt		Tortilla de Patata		Bienmesabe		Albóndigas Guisadas	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Ensalada		Ensalada		Verduritas	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 5		LUNES	29	MARTES	30	MIERCOLES	31	JUEVES	VIERNES
Primer Plato	Espiraes Boloñesa			Puré de Verduras		Arroz con Tomate			
Segundo Plato	Supremas de Merluza			Hamburguesa a la Plancha		Lomo en Salsa			
Guarnición	Ensalada			Patata Asada		Verduritas			
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			



SEMANA 1		LUNES	1	MARTES	2	MIERCOLES	3	JUEVES	4	VIERNES	5
Primer Plato	Puré de Puerros			Arroz al Vapor		Sopa de Ave		Macarrones con Tomate		Pure de Lentejas	
Segundo Plato	Ragout de Ternera			Filete de Lomo		Fritura de Pescado		Filete de Pollo en Salsa		Tortilla de Jamón	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Patatas Panadera		Verduritas		Ensalada	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 2		LUNES	8	MARTES	9	MIERCOLES	10	JUEVES	11	VIERNES	12
Primer Plato	Arroz con Tomate			Puré de Garbanzos		Sopa de Estrellitas		Puré de Verduras		Coditos con Queso	
Segundo Plato	San Jacobo			Pollo Asado		Tortilla de Patata		Albondigas en Salsa		Merluza a la Riojana	
Guarnición	Ensalada			Verduritas		Ensalada		Patatas Fritas		Ensalada	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 3		LUNES	15	MARTES	16	MIERCOLES	17	JUEVES	18	VIERNES	19
Primer Plato	Fideua Alicantina			Sopa de Lluvia		Arroz con Tomate		Pure de Legumbres		Puré de Calabacín	
Segundo Plato	Tortilla de Jamón			Croquetas y Empanadillas		Hamburguesa a la Plancha		Fil de Pollo a la Plancha		Merluza Rebozada	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Ensalada		Verduritas		Patatas al Horno	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 4		LUNES	22	MARTES	23	MIERCOLES	24	JUEVES	25	VIERNES	26
Primer Plato	Lentejas Estofadas			Macarrones con Tomate		Puré de Verduras		Arroz con Pollo		Ensalada Alemana	
Segundo Plato	Nuggets de Pollo			Salchichas Frankfurt		Tortilla de Patata		Bienmesabe		Albóndigas Guisadas	
Guarnición	Ensalada			Ensalada		Ensalada		Ensalada		Verduritas	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

Cena Sugerida:

SEMANA 5		LUNES	29	MARTES	30	MIERCOLES	31	JUEVES	VIERNES
Primer Plato	Espirales Boloñesa			Puré de Verduras		Arroz con Tomate			
Segundo Plato	Supremas de Merluza			Hamburguesa a la Plancha		Lomo en Salsa			
Guarnición	Ensalada			Patata Asada		Verduritas			
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Campamento de Verano. Triturados

Julio 2019

SEMANA 1		LUNES	2	MARTES	3	MIERCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES	6
Primer Plato		Puré de Puerros		Puré de Menestra con Arroz		Puré de Verduras		Puré de Calabacín		Puré de Lentejas	
Segundo Plato		Con Ternera		Con Jamón		Con Pescado		Con Pollo		Con Pescado	
Guarnición											
Postre		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur	
Merienda		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta	
SEMANA 2		LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Primer Plato		Puré de Verduras con Arroz		Puré de Garbanzos		Puré de Zanahorias		Puré de Verduras		Puré de Judías Verdes	
Segundo Plato		Con Jamón		Con Pollo		Con Pescado		Con Ternera		Con Pescado	
Guarnición											
Postre		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur	
Merienda		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta	
SEMANA 3		LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Primer Plato		Puré de Calabaza		Puré de Guisantes		Puré de Menestra con Arroz		Puré de Legumbres		Puré de Calabacín	
Segundo Plato		Con Pescado		Con Jamón		Con Ternera		Con Pollo		Con Pescado	
Guarnición											
Postre		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur	
Merienda		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta	
SEMANA 4		LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Primer Plato		Puré de Lentejas		Puré de la Huerta		Puré de Verduras		Puré de Verduras con Arroz		Puré de Patata y Zanahoria	
Segundo Plato		Con Pollo		Con Jamón		Con Pescado		Con Pescado		Con Ternera	
Guarnición											
Postre		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur		Yogur	
Merienda		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta	
SEMANA 5		LUNES	29	MARTES	30	MIERCOLES	31	JUEVES	VIERNES		
Primer Plato		Puré de Calabacín y Quesito		Puré de Verduras		Puré de Menestra con Arroz					
Segundo Plato		Con Pescado		Con Ternera		Con Jamón					
Guarnición											
Postre		Yogur		Yogur		Yogur					
Merienda		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta		Papilla de Fruta					