

MES: Junio 2024

NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Disponible pan blanco

3

Arroz con calabacín  
Tortilla francesa con atún  
Yogur y pan  
Rice with courgette  
Tuna omelette  
Yoghurt and bread

VE:2.384/570 GT:17 GS:5 HC:77 AZ:10 PROT:26 SAL:1

4

Hervido valenciano  
Abadejo a la plancha  
Yogur y pan  
Valencia style boiled vegetables  
Grilled haddock  
Yoghurt and bread

VE:1.639/392 GT:11 GS:4 HC:50 AZ:13 PROT:33 SAL:2

5

Patatas gratinadas  
Lomo a la plancha  
Yogur y pan  
Potatoes au gratin  
Grilled tenderloin  
Yoghurt and bread

VE:2.487/595 GT:24 GS:8 HC:59 AZ:10 PROT:34 SAL:1

6

Salteado de brócoli con patatas  
Filete de merluza a la plancha  
Yogur y pan  
Sautéed broccoli with potatoes  
Grilled hake  
Yoghurt and bread

VE:1.744/417 GT:9 GS:3 HC:48 AZ:13 PROT:35 SAL:2

7

**TOMATE NATURAL**  
Macarrones con tomate (eco.)  
Contramuslo de pollo al horno  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni with tomato sauce (eco.)  
Baked chicken  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.873/687 GT:9 GS:1 HC:98 AZ:26 PROT:51 SAL:1

10

Calabacín gratinado  
Filete de merluza a la plancha  
Yogur y pan  
Zucchini gratin  
Grilled hake  
Yoghurt and bread

VE:1.363/326 GT:6 GS:3 HC:37 AZ:9 PROT:29 SAL:2

11

Arroz con calabacín  
Lomo a la plancha con calabaza al vapor (eco.)  
Yogur y pan  
Rice with courgette  
Grilled tenderloin with steamed squash  
Yoghurt and bread

VE:2.722/651 GT:21 GS:7 HC:80 AZ:11 PROT:34 SAL:1

12

Sopa de ave con fideos  
Contramuslo de pollo a la plancha  
Yogur y pan  
Chicken soup with noodles  
Grilled chicken  
Yoghurt and bread

VE:1.984/475 GT:9 GS:3 HC:60 AZ:12 PROT:37 SAL:1

13

Arroz salteado con champiñones  
Filete de lenguadina a la plancha  
Yogur y pan  
Fried rice with mushrooms  
Grilled yellowfin sole  
Yoghurt and bread

VE:3.013/721 GT:15 GS:5 HC:100 AZ:10 PROT:36 SAL:2

14

**TOMATE NATURAL**  
Macarrones con tomate (eco.)  
Tortilla francesa de pavo  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni with tomato sauce (eco.)  
Turkey omelette  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.714/649 GT:15 GS:2 HC:98 AZ:26 PROT:34 SAL:2

17

Lentejas estofadas con verduras  
Tortilla de patatas  
Yogur y pan  
Stewed lentils  
Spanish omelette  
Yoghurt and bread

VE:3.094/740 GT:22 GS:6 HC:102 AZ:12 PROT:37 SAL:1

18

**TOMATE NATURAL**  
Arroz blanco con tomate  
Abadejo a la plancha  
Yogur y pan  
White rice with tomato  
Grilled haddock  
Yoghurt and bread

VE:2.651/634 GT:11 GS:4 HC:104 AZ:10 PROT:37 SAL:2

19

Brócoli gratinado  
Filete de merluza a la plancha con tomate aliñado  
Yogur y pan  
Broccoli au gratin  
Grilled hake with tomatoes with dressing  
Yoghurt and bread

VE:1.960/469 GT:11 GS:4 HC:55 AZ:15 PROT:36 SAL:2

20

Sopa de fideos  
Contramuslo de pollo a la plancha  
Yogur y pan  
Noodle soup  
Grilled chicken  
Yoghurt and bread

VE:1.864/446 GT:9 GS:3 HC:56 AZ:12 PROT:34 SAL:1

21

**TOMATE NATURAL**  
Macarrones con tomate (eco.)  
Tortilla de pavo y queso  
Fruta de temporada y pan  
Macaroni with tomato sauce (eco.)  
Turkey and cheese omelette  
Seasonal Fruit and bread

VE:2.576/616 GT:10 GS:1 HC:100 AZ:27 PROT:34 SAL:2

24

25

26

27

28