



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2022-2023**

**3ºy4º ESO-BACHILLER**  
**MENÚ JUNIO 2023**

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES 1</b>	<b>VIERNES 2</b>
			Espirales bolognesa Lomitos de halibut Ensalada de lechuga y tomate Gazpacho Fruta Calorías : 1006	Lentejas con chorizo Muslitos en salsa Brócoli Ensalada Fruta o helado Calorías : 1010
<b>LUNES 5</b>	<b>MARTES 6</b>	<b>MIÉRCOLES 7</b>	<b>JUEVES 8</b>	<b>VIERNES 9</b>
Macarrones con chorizo Huevos fritos Patatas fritas Ensalada mixta Fruta Calorías: 1020	Judías verdes con jamón Abadejo Champiñón al ajillo Arroz basmati Fruta Calorías: 1013	Crema de zanahoria Lomo empanado Ensaladilla rusa Brócoli Yogur o fruta Calorías: 1014	Guisantes con jamón Merluza a la marinera Almejas y gambas Gazpacho Fruta Calorías: 1009	Arroz tres delicias Magro en salsa Patata dado Tomate y cebolla Fruta Calorías : 1026
<b>LUNES 12</b>	<b>MARTES 13</b>	<b>MIÉRCOLES 14</b>	<b>JUEVES 15</b>	<b>VIERNES 16</b>
Judías blancas con chorizo Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Pavo y queso Fruta Calorías : 1020	Crema de verduras Filete de sajonia Arroz basmati Setas al ajillo Fruta Calorías : 1018	Espagueti napolitana Bacalao Pisto manchego Huevos con atún Fruta o yogur Calorías : 1010	Sopa de picadillo Contramuslo empanado Ensaladilla rusa Gazpacho Fruta Calorías : 1008	Arroz con secreto y trigueros Pizza Ensalada Brócoli Fruta o helado Calorías : 1066
<b>LUNES 19</b>	<b>MARTES 20</b>	<b>MIÉRCOLES 21</b>	<b>JUEVES 22</b>	<b>VIERNES 23</b>
Lentejas castellanas Huevos fritos Patatas fritas Jamón y queso Fruta Calorías: 1009	Macarrones con queso y bacon Merluza a la romana Ensalada con atún Verduritas al wok Fruta Calorías: 1007	Ensalada campera Pollo asado Patatas fritas Alcachofas con jamón Fruta o yogur Calorías: 1014	Arroz con tomate San jacobos Ensalada de lechuga y tomate Fruta Calorías: 1026	
<b>LUNES 26</b>	<b>MARTES 27</b>	<b>MIÉRCOLES 28</b>	<b>JUEVES 29</b>	<b>VIERNES 30</b>