



# COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2021

BASAL



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



	<b>01</b> Kcal 528 Lip. 10 P. 23 H.C. 90 - MACARRONES A LA CREMA - BACALAO ORLY - ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>02</b> Kcal 516 Lip. 14 P. 18 H.C. 74 - COLIFLOR AJOARRIERO - TORTILLA DE JAMÓN - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>03</b> Kcal 596 Lip. 18 P. 21 H.C. 84 - SOPA DE LETRAS - ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA - CAZADORA - ARROZ BLANCO - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>04</b> Kcal 873 Lip. 31 P. 52 H.C. 89 - GARBANZOS REHOGADOS - POLLO ASADO - PATATAS FRITAS - LÁCTEO Y PAN
<b>07</b> Kcal 561 Lip. 9 P. 32 H.C. 84 ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - ABADEJO AL HORNO - ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>08</b> Kcal 444 Lip. 7 P. 9 H.C. 79 - CREMA DE CALABAZA - LASAÑA BOLOÑESA - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>09</b> Kcal 834 Lip. 18 P. 41 H.C. 65 - ENSALADILLA RUSA - LOMO A LA PLANCHA - PISTO - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>10</b> Kcal 643 Lip. 25 P. 19 H.C. 84 - PATATAS GRATINADAS - HUEVOS CON SALCHICHAS - BERENJENA - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>11</b> Kcal 562 Lip. 18 P. 34 H.C. 90 - SOPA DE AVE CON FIDEOS - JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA - LÁCTEO Y PAN
<b>14</b> Kcal 617 Lip. 20 P. 30 H.C. 73 - PURÉ DE PUERRO Y ZANAHORIA - RAGOUT DE TERNERA - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>15</b> Kcal 734 Lip. 19 P. 34 H.C. 98 - ENSALADA DE PASTA - MERLUZA A LA ROMANA - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>16</b> Kcal 558 Lip. 24 P. 16 H.C. 63 - JUDÍAS VERDES REHOGADAS - HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA - PATATAS FRITAS - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>17</b> Kcal 748 Lip. 20 P. 28 H.C. 106 - PAELLA MIXTA - SAN JACOBO CASERO - ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>18</b> Kcal 627 Lip. 9 P. 38 H.C. 91 - ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS - FILETE DE POLLO - ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ - LÁCTEO Y PAN
<b>21</b> Kcal 919 Lip. 44 P. 29 H.C. 93 - LENTEJAS HORTELANAS - TORTILLA ESPAÑOLA - ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>22</b> Kcal 609 Lip. 18 P. 18 H.C. 87 - ENSALADA CÉSAR - PIZZA ITALIANA - PATATAS - FRUTA FRESCA Y PAN	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		

Todas nuestras salsas se elaboran en el centro. Nuestras ensaladas se compondrán de lechuga y diferentes complementos que irán variando a diario

● Este punto indica los platos y días con productos ecológicos certificados o de procedencia agroecológica.



ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	SUGERENCIA PARA LA CENA
Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescado o huevo
Pescados	Carne o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta



# CON LA SONRISA EN LA MIRADA



Queridas familias,

Al término de este curso marcado por la pandemia, todas las personas que trabajamos en Gastronomic os agradecemos vuestra confianza en el servicio de comedor.

Por nuestra parte hemos modificado la forma de entregar la comida, eliminando el autoservicio y sirviendo individualmente; hemos intensificado las labores de limpieza, extremando las medidas higiénicas y vigilando en todo momento el mantenimiento de las distancias de seguridad y la estabilidad de los grupos burbuja. Hemos trabajado duro, de verdad.

Pero los verdaderos protagonistas de esta historia han sido vuestros hijos e hijas. Se han comportado como personas responsables y solidarias, han cumplido con todo lo que se les indicaba sin poner un pero y siempre, siempre con una sonrisa en sus ojos.

Han sido el ejemplo a seguir para todos nosotros. Su día a día admirable nos ha motivado para seguir trabajando. Merecen nuestra felicitación y agradecimiento.

Ahora llega el verano, os deseamos que sea muy feliz y que podáis descansar.

Y a partir de septiembre, a por el nuevo curso con ganas e ilusión renovadas.

Con cariño de todo el equipo de trabajadoras y trabajadores de Gastronomic,



## AL TERMINAR CEPÍLLATE LOS DIENTES

LOCAL responsable  
agroecología RICO saludable

*Compartimos valores que nos hacen mejores*



Proteína  
saludable



Granos  
integrales



Frutas  
y verduras



**Gastronomic**

Calle del Arte, 15 · 28033 Madrid  
91 302 02 20



[www.gastronomic.es](http://www.gastronomic.es)

**AENOR**

PROTOCOLO  
FRENTE AL COVID-19

GB CORPORACION