



COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2022

Basal



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

06	Kcal 672 Lip. 11	P. 32 H.C. 106	07	Kcal 840 Lip. 44	P. 28 H.C. 76	08	Kcal 485 Lip. 9	P. 23 H.C. 70	09	Kcal 683 Lip. 13	P. 29 H.C. 101	10	Kcal 708 Lip. 26	P. 28 H.C. 89
<ul style="list-style-type: none"> - MACARRONES A LA NAPOLITANA - ABADEJO EMPANADO - ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - TORTILLA DE PATATAS - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA - LACÓN ASADO - PATATA CACHELO - LÁCTEO Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ BLANCO CON TOMATE - ESCALOPE DE POLLO - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - JUDÍAS VERDES CON TOMATE - LOMO A LA PLANCHA - PATATAS FRITAS - LÁCTEO Y PAN 		
13	Kcal 645 Lip. 18	P. 22 H.C. 91	14	Kcal 441 Lip. 9	P. 29 H.C. 52	15	Kcal 610 Lip. 11	P. 28 H.C. 91	16	Kcal 637 Lip. 27	P. 42 H.C. 47	17	Kcal 570 Lip. 14	P. 20 H.C. 79
<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ RIOJANO - HUEVOS REVUELTOS - ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE PICADILLO - O GAZPACHO - RAXO CON PIMIENTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO - MERLUZA AL HORNO - ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA - LÁCTEO Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - BRÓCOLI CON AJADA - POLLO ASADO AL LIMÓN Y TOMILLO - PATATAS FRITAS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE GARBANZOS - SAN JACOBO - ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ - LÁCTEO Y PAN 		
20	Kcal 660 Lip. 15	P. 27 H.C. 100	21	Kcal 679 Lip. 18	P. 22 H.C. 103	22	Kcal 561 Lip. 16	P. 15 H.C. 88	23			24		
<ul style="list-style-type: none"> - LENTEJAS GUIADAS - TORTILLA DE JAMÓN - ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE ARROZ - ALBÓNDIGAS EN SALSA CAZADORA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA - PIZZA DE JAMÓN Y QUESO - PATATAS FRITAS - HELADO Y PAN 								
27			28			29			30					

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

● 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





COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2022

Bajo en grasa



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

06	Kcal 563 Lip. 8	P. 26 H.C. 90	07	Kcal 578 Lip. 14	P. 35 H.C. 71	08	Kcal 659 Lip. 28	P. 22 H.C. 70	09	Kcal 646 Lip. 15	P. 30 H.C. 88	10	Kcal 631 Lip. 18	P. 26 H.C. 86
<ul style="list-style-type: none"> - MACARRONES A LA NAPOLITANA - ABADEJO AL HORNO - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - POLLO EN SALSA - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA - LOMO A LA PLANCHA - PATATA CACHELO - POSTRE Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ BLANCO CON TOMATE - POLLO A LA PLANCHA - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - JUDÍAS VERDES CON TOMATE - LOMO A LA PLANCHA - PATATA VAPOR - POSTRE Y PAN 		
13	Kcal 654 Lip. 14	P. 29 H.C. 96	14	Kcal 434 Lip. 10	P. 28 H.C. 52	15	Kcal 582 Lip. 10	P. 25 H.C. 92	16	Kcal 633 Lip. 25	P. 43 H.C. 51	17	Kcal 636 Lip. 30	P. 25 H.C. 54
<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ CON VERDURAS - POLLO EN SALSA - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE FIDEOS - RAXO CON PIMIENTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO - MERLUZA AL HORNO - ENSALADA - POSTRE Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - BRÓCOLI CON AJADA - POLLO ASADO AL LIMÓN Y TOMILLO - PATATA VAPOR - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE GARBANZOS - LOMO A LA PLANCHA - ENSALADA - POSTRE Y PAN 		
20	Kcal 569 Lip. 11	P. 37 H.C. 74	21	Kcal 659 Lip. 19	P. 22 H.C. 95	22	Kcal 544 Lip. 8	P. 12 H.C. 96	23			24		
<ul style="list-style-type: none"> - LENTEJAS GUIADAS - POLLO EN SU JUGO - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE ARROZ - HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE AVE CON FIDEOS - TOSTA DE JAMÓN - PATATA VAPOR - POSTRE Y PAN 								
27			28			29			30					

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

● 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





COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2022

No lechuga, judías y remolacha



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

06	Kcal 652 Lip. 11	P. 32 H.C. 103	07	Kcal 833 Lip. 44	P. 27 H.C. 76	08	Kcal 485 Lip. 9	P. 23 H.C. 70	09	Kcal 683 Lip. 13	P. 29 H.C. 101	10	Kcal 708 Lip. 26	P. 28 H.C. 89
<ul style="list-style-type: none"> - MACARRONES A LA NAPOLITANA - ABADEJO EMPANADO - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - TORTILLA DE PATATAS - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA - LACÓN ASADO - PATATA CACHELO - LÁCTEO Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ BLANCO CON TOMATE - ESCALOPE DE POLLO - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - PATATAS GRATINADAS - CABALLA EN SALSA - HELADO Y PAN 						
13	Kcal 638 Lip. 18	P. 22 H.C. 90	14	Kcal 421 Lip. 9	P. 29 H.C. 49	15	Kcal 601 Lip. 11	P. 27 H.C. 90	16	Kcal 637 Lip. 27	P. 42 H.C. 47	17	Kcal 558 Lip. 17	P. 23 H.C. 67
<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ RIOJANO - HUEVOS REVUELTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE PICADILLO - RAXO CON PIMIENTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO - MERLUZA AL HORNO - LÁCTEO Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - BRÓCOLI CON AJADA - POLLO ASADO AL LIMÓN Y TOMILLO - PATATAS FRITAS - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE GARBANZOS - SAN JACOBO CASERO - LÁCTEO Y PAN 						
20	Kcal 650 Lip. 15	P. 27 H.C. 99	21	Kcal 679 Lip. 18	P. 22 H.C. 103	22	Kcal 561 Lip. 16	P. 15 H.C. 88	23			24		
<ul style="list-style-type: none"> - LENTEJAS GUIADAS - TORTILLA DE JAMÓN - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE ARROZ - ALBÓNDIGAS EN SALSA CAZADORA - FRUTA FRESCA Y PAN 		<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA - PIZZA DE JAMÓN Y QUESO - PATATAS FRITAS - HELADO Y PAN 										
27			28			29			30					

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

● 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





COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2022

No marisco



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

06	Kcal 657 Lip. 11	P. 32 H.C. 103	07	Kcal 838 Lip. 44	P. 28 H.C. 76	08	Kcal 485 Lip. 9	P. 23 H.C. 70	09	Kcal 683 Lip. 13	P. 29 H.C. 101	10	Kcal 708 Lip. 26	P. 28 H.C. 89
<ul style="list-style-type: none"> - MACARRONES A LA NAPOLITANA - ABADEJO EMPANADO - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - TORTILLA DE PATATAS - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA - LACÓN ASADO - PATATA CACHELO - LÁCTEO Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ BLANCO CON TOMATE - ESCALOPE DE POLLO - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - JUDÍAS VERDES CON TOMATE - LOMO A LA PLANCHA - PATATAS FRITAS - LÁCTEO Y PAN 		
13	Kcal 643 Lip. 18	P. 22 H.C. 91	14	Kcal 421 Lip. 9	P. 29 H.C. 49	15	Kcal 606 Lip. 11	P. 28 H.C. 90	16	Kcal 637 Lip. 27	P. 42 H.C. 47	17	Kcal 562 Lip. 17	P. 23 H.C. 67
<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ RIOJANO - HUEVOS REVUELTOS - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE PICADILLO - RAXO CON PIMIENTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO - MERLUZA AL HORNO - ENSALADA - LÁCTEO Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - BRÓCOLI CON AJADA - POLLO ASADO AL LIMÓN Y TOMILLO - PATATAS FRITAS - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE GARBANZOS - SAN JACOBO CASERO - ENSALADA - LÁCTEO Y PAN 		
20	Kcal 655 Lip. 15	P. 27 H.C. 99	21	Kcal 679 Lip. 18	P. 22 H.C. 103	22	Kcal 561 Lip. 16	P. 15 H.C. 88	23			24		
<ul style="list-style-type: none"> - LENTEJAS GUIADAS - TORTILLA DE JAMÓN - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE ARROZ - ALBÓNDIGAS EN SALSA CAZADORA - FRUTA FRESCA Y PAN 			<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA - PIZZA DE JAMÓN Y QUESO - PATATAS FRITAS - HELADO Y PAN 								
27			28			29			30					

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

● 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





COLEGIO SANTO ÁNGEL - ORENSE

JUNIO 2022

No pescado



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

06	07	08	09	10
<ul style="list-style-type: none"> - MACARRONES A LA NAPOLITANA - SALTEADO DE POLLO CON VERDURAS - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> ● LENTEJAS ECOLÓGICAS CON VERDURA - TORTILLA DE PATATAS - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIA - LACÓN ASADO - PATATA CACHELO - LÁCTEO Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ BLANCO CON TOMATE - ESCALOPE DE POLLO - SALTEADO DE VERDURAS - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - JUDÍAS VERDES CON TOMATE - LOMO A LA PLANCHA - PATATAS FRITAS - LÁCTEO Y PAN
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> - ARROZ RIOJANO - HUEVOS REVUELTOS - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE PICADILLO - RAXO CON PIMIENTOS - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO - CARNE EN SU JUGO - ENSALADA - LÁCTEO Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - BRÓCOLI CON AJADA - POLLO ASADO AL LIMÓN Y TOMILLO - PATATAS FRITAS - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE GARBANZOS - SAN JACOBO CASERO - ENSALADA - LÁCTEO Y PAN
20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> - LENTEJAS GUIADAS - TORTILLA DE JAMÓN - ENSALADA - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - ENSALADA DE ARROZ - ALBÓNDIGAS EN SALSA CAZADORA - FRUTA FRESCA Y PAN 	<ul style="list-style-type: none"> - SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA - PIZZA DE JAMÓN Y QUESO - PATATAS FRITAS - HELADO Y PAN 		
27	28	29	30	

Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos.

● 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

