

Junio 2026	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4	5
	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Tortilla francesa	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta
A *Zanabolacocos	A Batido de fruta + Frut. Sec. 25Gr.	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A Yogurt liquido + Fruta (240Gr.+/-)	A Batido de fruta + Frut. Sec.25Gr.	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M Queso + Membrillo + Frut.Sec.25Gr	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M 2 Rollitos de fresa	M 1 Manzana Especial	
C Tallarines de arroz con verduras y pollo en tiras	C Mejillones en salsa de remolacha	C Chuleta Sajonia + Verduras	C Rayos azules (Boquerones)	C Pasta (lacitos) con verduras	
Agua		Agua		Agua	
8	9	10	11	12	
D Leche ó B.Vegetal +Fruta +Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Aguacate + Jamón York	
A Batido de fruta + Frut. Sec.25Gr.	A Yogurt liquido + Fruta (240Gr.+/-)	A 1 Barrita de Cereales + Zumo	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A 2 Galletas Intgr.+ Zumo ó B.Vegetal	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M 1 Manzana Especial	M Batido natural de frutos rojos + Chía	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M *Zanabolacocos	M Bocadillo Intgr. + Fiambre Pavo	
C Bonito planch. + Verduras	C Brocheta de pavo con verduras	C Verdol en papillote + Verduras	C Pasta de legumbre a la marinera	C Pizza Intgr. Mixta	
Agua		Agua		Agua	
15	16	17	18	19	
D Leche ó B.Vegetal+Fruta+ Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Jamón Serrano	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	
A Batido de fruta + Frut. Sec.25Gr.	A 1 Barrita de Cereales + Zumo	A Yogurt liquido + Fruta (240Gr.+/-)	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A 2 Rollitos de fresa	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M Batido natural de Melocoton + Chía	M 1 Manzana Especial	M Brocheta de fruta variada con queso	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M 1 Pancakes Intgr. + Fruta	
C Gazpacho con tacos de jamón	C Pastelito de Brócoli y patata	C Sopa de noodles con pollo y verduras	C Pechuga de pavo + Ensalada	C Arroz tres delicias	
Agua		Agua		Agua	
<b>VACACIONES</b>					

**FRUTA:** Frutos rojos, Albaricoques, Melocotones, Nectarinas, Ciruelas, Melón, Sandía  
**VERDURA:** Vainas, Calabacín, Guisantes, Habas, Lechuga, Pepino, Zanahoria, Remolacha,  
**PESCADO:** Bonito, Boquerón, Sardina, Verdol, Txixarro, Lubina, Merluza, Rodaballo

Rec.AGUA 1,6l.  
 Especial atención en periodos de actividad física.

MARCADO CON \* Adjunta receta

# NutriSkola

Junio 2026	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4	5
	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Tortilla francesa	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta
A *Zanabolacocos	A Batido de fruta + Frut. Sec. 30Gr.	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A Batido de fruta + Frut. Sec.30Gr.	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Queso + Membrillo + Frut.Sec.30Gr	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M 2 Rollitos de fresa	M 1 Manzana Especial	
C Tallarines de arroz con verduras y pollo en tiras	C Mejillones en salsa de remolacha	C Chuleta Sajonia + Verduras	C Rayos azules (Boquerones)	C Pasta (lacitos) con verduras	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
8	9	10	11	12	
D Leche ó B.Vegetal +Fruta +Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Aguacate + Jamón York	
A Batido de fruta + Frut. Sec.30Gr.	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A 1 Barrita de Cereales + Zumo	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A 2 Galletas Intgr.+ Zumo ó B.Vegetal	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M 1 Manzana Especial	M Batido natural de frutos rojos + Chía	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M *Zanabolacocos	M Bocadillo Intgr. + Fiambre Pavo	
C Bonito planch. + Verduras	C Brocheta de pavo con verduras	C Verdol en papillote + Verduras	C Pasta de legumbre a la marinera	C Pizza Intgr. Mixta	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
15	16	17	18	19	
D Leche ó B.Vegetal+Fruta+ Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Jamón Serrano	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	
A Batido de fruta + Frut. Sec.30Gr.	A 1 Barrita de Cereales + Zumo	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A 1 Gelatina + Palitos Cereales (80/90Gr.)	A 2 Rollitos de fresa	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Batido natural de Melocoton + Chía	M 1 Manzana Especial	M Brocheta de fruta variada con queso	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M 1 Pancakes Intgr. + Fruta	
C Gazpacho con tacos de jamón	C Pastelito de Brócoli y patata	C Sopa de noodles con pollo y verduras	C Pechuga de pavo + Ensalada	C Arroz tres delicias	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
<b>VACACIONES</b>					

**FRUTA:** Frutos rojos, Albaricoques, Melocotones, Nectarinas, Ciruelas, Melón, Sandía  
**VERDURA:** Vainas, Calabacín, Guisantes, Habas, Lechuga, Pepino, Zanahoria, Remolacha,  
**PESCADO:** Bonito, Boquerón, Sardina, Verdol, Txixarro, Lubina, Merluza, Rodaballo

Rec.AGUA 1,8l.  
 Especial atención en periodos de actividad física.

MARCADO CON \* Adjunta receta

# NutriSkola

Junio 2026	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4	5
	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Tortilla francesa	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta
A *Zanabolacocos	A Batido de fruta + Frut. Sec. 40Gr.	A 2 Gelatina + Palitos Cereales (90/100Gr.)	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A Batido de fruta + Frut. Sec.40Gr.	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Queso + Membrillo + Frut.Sec.40Gr	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M 3 Rollitos de fresa	M Manzana Especial	
C Tallarines de arroz con verduras y pollo en tiras	C Mejillones en salsa de remolacha	C Chuleta Sajonia + Verduras	C Rayos azules (Boquerones)	C Pasta (lacitos) con verduras	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
8	9	10	11	12	
D Leche ó B.Vegetal +Fruta +Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Aguacate + Jamón York	
A Batido de fruta + Frut. Sec.40Gr.	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A 2 Barrita de Cereales + Zumo	A 2 Gelatina + Palitos Cereales (90/100Gr.)	A 3 Galletas Intgr.+ Zumo ó B.Vegetal	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Manzana Especial	M Batido natural de frutos rojos + Chía	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M *Zanabolacocos	M Bocadillo Intgr. + Fiambre Pavo	
C Bonito planch. + Verduras	C Brocheta de pavo con verduras	C Verdel en papillote + Verduras	C Pasta de legumbre a la marinera	C Pizza Intgr. Mixta	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
15	16	17	18	19	
D Leche ó B.Vegetal+Fruta+ Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Jamón Serrano	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	
A Batido de fruta + Frut. Sec.40Gr.	A 2 Barrita de Cereales + Zumo	A Yogurt liquido + Fruta (360Gr.+/-)	A 2 Gelatina + Palitos Cereales (90/100Gr.)	A 3 Rollitos de fresa	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Batido natural de Melocoton + Chía	M Manzana Especial	M Brocheta de fruta variada con queso	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M 2 Pancakes Intgr. + Fruta	
C Gazpacho con tacos de jamón	C Pastelito de Brócoli y patata	C Sopa de noodles con pollo y verduras	C Pechuga de pavo + Ensalada	C Arroz tres delicias	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
<b>VACACIONES</b>					

**FRUTA:** Frutos rojos, Albaricoques, Melocotones, Nectarinas, Ciruelas, Melón, Sandía  
**VERDURA:** Vainas, Calabacín, Guisantes, Habas, Lechuga, Pepino, Zanahoria, Remolacha,  
**PESCADO:** Bonito, Boquerón, Sardina, Verdel, Txixarro, Lubina, Merluza, Rodaballo

Rec.AGUA 1,9l.  
 Especial atención en periodos de actividad física.

MARCADO CON \* Adjunta receta

Junio 2026	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4	5
	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Tortilla francesa	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta
A *Zanabolacocos	A Batido de fruta + Frut. Sec. 50Gr.	A 3 Gelatina + Palitos Cereales (100/110Gr.)	A Yogurt liquido + Fruta (420Gr.+/-)	A Batido de fruta + Frut. Sec.50Gr.	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Queso + Membrillo + Frut.Sec.50Gr	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M 4 Rollitos de fresa	M Manzana Especial	
C Tallarines de arroz con verduras y pollo en tiras	C Mejillones en salsa de remolacha	C Chuleta Sajonia + Verduras	C Rayos azules (Boquerones)	C Pasta (lacitos) con verduras	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
8	9	10	11	12	
D Leche ó B.Vegetal +Fruta +Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Aguacate + Jamón York	
A Batido de fruta + Frut. Sec.50Gr.	A Yogurt liquido + Fruta (420Gr.+/-)	A 3 Barrita de Cereales + Zumo	A 3 Gelatina + Palitos Cereales (100/110Gr.)	A 3 Galletas Intgr.+ Zumo ó B.Vegetal	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Manzana Especial	M Batido natural de frutos rojos + Chía	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M *Zanabolacocos	M Bocadillo Intgr. + Fiambre Pavo	
C Bonito planch. + Verduras	C Brocheta de pavo con verduras	C Verdell en papillote + Verduras	C Pasta de legumbre a la marinera	C Pizza Intgr. Mixta	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
15	16	17	18	19	
D Leche ó B.Vegetal+Fruta+ Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Jamón Serrano	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	
A Batido de fruta + Frut. Sec.50Gr.	A 3 Barrita de Cereales + Zumo	A Yogurt liquido + Fruta (420Gr.+/-)	A 3 Gelatina + Palitos Cereales (100/110Gr.)	A 4 Rollitos de fresa	
COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	COMEDOR	
M Batido natural de Melocoton + Chía	M Manzana Especial	M Brocheta de fruta variada con queso	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M 3 Pancakes Intgr. + Fruta	
C Gazpacho con tacos de jamón	C Pastelito de Brócoli y patata	C Sopa de noodles con pollo y verduras	C Pechuga de pavo + Ensalada	C Arroz tres delicias	
Agua	Agua	Agua	Agua	Agua	
<b>VACACIONES</b>					

**FRUTA:** Frutos rojos, Albaricoques, Melocotones, Nectarinas, Ciruelas, Melón, Sandia  
**VERDURA:** Vainas, Calabacín, Guisantes, Habas, Lechuga, Pepino, Zanahoria, Remolacha,  
**PESCADO:** Bonito, Boquerón, Sardina, Verdell, Txixarro, Lubina, Merluza, Rodaballo

Rec.AGUA 2L.  
 Especial atención en periodos de actividad física.

MARCADO CON \* Adjunta receta

# NutriSkola

Junio 2026	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4	5
	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Tortilla francesa	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta
A *Zanabolacocos	A Batido de fruta + Frut. Sec. 60Gr.	A 4 Gelatina + Palitos Cereales (120/130Gr.)	A Yogurt liquido + Fruta (480Gr.+/-)	A Batido de fruta + Frut. Sec.60Gr.	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M Queso + Membrillo + Frut.Sec.60Gr	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M 4 Rollitos de fresa	M 2 Manzana Especial	
C Tallarines de arroz con verduras y pollo en tiras	C Mejillones en salsa de remolacha	C Chuleta Sajonia + Verduras	C Rayos azules (Boquerones)	C Pasta (lacitos) con verduras	
Agua		Agua		Agua	
8	9	10	11	12	
D Leche ó B.Vegetal +Fruta +Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Granola + Fruta	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Aguacate + Jamón York	
A Batido de fruta + Frut. Sec.60Gr.	A Yogurt liquido + Fruta (480Gr.+/-)	A 4 Barrita de Cereales + Zumo	A 4 Gelatina + Palitos Cereales (120/130Gr.)	A 4 Galletas Intgr.+ Zumo ó B.Vegetal	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M 2 Manzana Especial	M Batido natural de frutos rojos + Chía	M Craker's de semillas con crema de cacahuete + Fruta	M *Zanabolacocos	M Bocadillo Intgr. + Fiambre Pavo	
C Bonito planch. + Verduras	C Brocheta de pavo con verduras	C Verdell en papillote + Verduras	C Pasta de legumbre a la marinera	C Pizza Intgr. Mixta	
Agua		Agua		Agua	
15	16	17	18	19	
D Leche ó B.Vegetal+Fruta+ Cereales (sin azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Jamón Serrano	D Leche ó B.Vegetal + Fruta + Cereales (sin azúcar)	D Queso fresco batido + Cereales + Fruta (sin Azúcar)	D Leche ó B.Vegetal + Pan Intgr. + Tomate + Fiambre Pavo	
A Batido de fruta + Frut. Sec.60Gr.	A 4 Barrita de Cereales + Zumo	A Yogurt liquido + Fruta (480Gr.+/-)	A 4 Gelatina + Palitos Cereales (120/130Gr.)	A 4 Rollitos de fresa	
COMEDOR		COMEDOR		COMEDOR	
M Batido natural de Melocoton + Chía	M 2 Manzana Especial	M Brocheta de fruta variada con queso	M Compota de nísperos con chía y queso crema	M 4 Pancakes Intgr. + Fruta	
C Gazpacho con tacos de jamón	C Pastelito de Brócoli y patata	C Sopa de noodles con pollo y verduras	C Pechuga de pavo + Ensalada	C Arroz tres delicias	
Agua		Agua		Agua	
<b>VACACIONES</b>					

**FRUTA:** Frutos rojos, Albaricoques, Melocotones, Nectarinas, Ciruelas, Melón, Sandía  
**VERDURA:** Vainas, Calabacín, Guisantes, Habas, Lechuga, Pepino, Zanahoria, Remolacha,  
**PESCADO:** Bonito, Boquerón, Sardina, Verdell, Txixarro, Lubina, Merluza, Rodaballo

Rec.AGUA 2,5l.  
 Especial atención en periodos de actividad física.

MARCADO CON \* Adjunta receta