

MENÚ CAMPAMENTO VERANO 2018



JUNIO 2018



LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
1º Macarrones con salsa aurora	1º Lentejas castellanas	1º Puré de verduras frescas	1º Arroz blanco con salsa de tomate	1º Judías verdes con salsa de tomate
2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas	2º Merluza a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria	2º Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y maíz	2º Fritura de pescado con ensalada de lechuga y tomate	2º San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Yogurt

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

SUMMER CAMP MENU 2018



JUNE 2018



MONDAY 25	TUESDAY 26	WEDNESDAY 27	THURSDAY 28	FRIDAY 29
1º Macaroni with aurora sauce	1º Castilian style lentil steew	1º Fresh vegetable purée	1º Rice with tomato sauce	1º French beans with tomato sauce
2º Beef hamburger with french fries	2º Battered hake with lettuce and carrot salad	2º Battered chicken filet with lettuce and sweetcorn salad	2º Fry-up fish with lettuce and tomato salad	2º Breadcrumbed fried loin, ham and cheese with lettuce and tomato salad
D Fresh fruit	D Fresh fruit	D Fresh fruit	D Fresh fruit	D Yogurt

Every menu will be served with **water** and **bread**.

Suggestions for breakfast: always include a diary product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal, brown preferably (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a diary and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M