CAMPAMENTO NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - AGOSTO 2026

Todas las comidas se acompañarán **de pan integral o pan blanco y agua.** En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pasta con tomate (1,3,6,10) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Postre	Guisantes rehogados con ajito y cebollita Cinta de lomo al horno con patatitas Postre	Ensalada de garbanzos (con pimiento rojo, verde, zanahoria, tomate) Huevos revueltos con queso y ensalada (3,7) Postre	Paella mixta (pollo y verduras) Filete de palometa a la vizcaína con ensalada (2,4,14) Postre	Puré de calabaza y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado al horno (10,11,12) Postre
kcal 688 Líp 36,8 Prot 26,6 HdC 62	kcal 659 Líp 21,5 Prot 19,6 HdC 97	kcal 670 Líp 14,9 Prot 34,2 HdC 100	kcal 713 Líp 23,2 Prot 32,0 HdC 94	kcal 612 Líp 18,4 Prot 22,2 HdC 90
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Sopa de picadillo (1,3,6,10) Empanada de atún claro y pisto (1,3,4,6,10) con ensalada Postre	Judías blancas estofadas con chorizo (12) Tortilla de espinacas con ensalada Postre	Puré de calabacín y puerro Ragout de pollo guisado en salsa con patatas dado Postre	Arroz con tomate Colas de bacalao al ajillo con ensalada Postre	Mnestra de verduras Lasaña de carne (1,3,6,7, 10) con ensalada Postre
kcal 653 Líp 13,3 Prot 24,2 HdC 109	kcal 641 Líp 14,1 Prot 21,8 HdC 107	kcal 580 Líp 13,7 Prot 18,0 HdC 96	kcal 725 Líp 16,3 Prot 38,1 HdC 106	kcal 675 Líp 12,1 Prot 21,4 HdC 120

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

POSTRES: 4 veces a la semana fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón... y 1 vez a la semana yogur natural sin azúcar.

grupo_servicatering

Central de CATERING

Ingredientes ecológicos · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · GASTRONOMÍA LOCAL · Pescados sostenibles · Productos integrales · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

CAMPAMENTO NUESTRA SEÑORA DE LOURDES – AGOSTO 2026

Menús sin proteína de la leche

Todas las comidas se acompañarán **de pan integral o pan blanco y agua**. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Pasta con tomate (1,3,6,10) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Postre	Guisantes rehogados con ajito y cebollita Cinta de lomo al horno con patatitas Postre	Ensalada de garbanzos (con pimiento rojo, verde, zanahoria, tomate) Huevos revueltos con ensalada (3) Postre	Paella mixta (pollo y verduras) Filete de palometa a la vizcaína con ensalada (2,4,14) Postre	Puré de calabaza y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado al horno (10,11,12) Postre

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

POSTRES: 4 veces a la semana fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón... y 1 vez a la semana yogur natural sin azúcar.

grupo_servicatering

Central de CATERING

Ingredientes ecológicos · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · GASTRONOMÍA LOCAL · Pescados sostenibles · Productos integrales · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

CAMPAMENTO NUESTRA SEÑORA DE LOURDES – AGOSTO 2026

Menús sin lentejas

Todas las comidas se acompañarán **de pan integral o pan blanco y agua**. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Sopa de picadillo (1,3,6,10) Empanada de atún claro y pisto (1,3,4,6,10) con ensalada Postre	Judías blancas estofadas con chorizo (12) Tortilla de espinacas con ensalada Postre	Puré de calabacín y puerro Ragout de pollo guisado en salsa con patatas dado Postre	Arroz con tomate Colas de bacalao al ajillo con ensalada Postre	Mnestra de verduras Lasaña de carne (1,3,6,7, 10) con ensalada Postre

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

POSTRES: 4 veces a la semana fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón... y 1 vez a la semana yogur natural sin azúcar.

grupo_servicatering

Central de CATERING

Ingredientes ecológicos · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · GASTRONOMÍA LOCAL · Pescados sostenibles · Productos integrales · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

CAMPAMENTO NUESTRA SEÑORA DE LOURDES – AGOSTO 2026

Menú sin aguacate, plátano ni nueces

Todas las comidas se acompañarán **de pan integral o pan blanco y agua.** En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pasta con tomate (1,3,6,10) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Postre	Guisantes rehogados con ajito y cebollita Cinta de lomo al horno con patatitas Postre	Ensalada de garbanzos (con pimiento rojo, verde, zanahoria, tomate) Huevos revueltos con queso y ensalada (3,7) Postre	Paella mixta (pollo y verduras) Filete de palometa a la vizcaína con ensalada (2,4,14) Postre	Puré de calabaza y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado al horno (10,11,12) Postre
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Sopa de picadillo (1,3,6,10) Empanada de atún claro y pisto (1,3,4,6,10) con ensalada Postre	Judías blancas estofadas con chorizo (12) Tortilla de espinacas con ensalada Postre	Puré de calabacín y puerro Ragout de pollo guisado en salsa con patatas dado Postre	Arroz con tomate Colas de bacalao al ajillo con ensalada Postre	Mnestra de verduras Lasaña de carne (1,3,6,7, 10) con ensalada Postre

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para el rango de edad de 7-9 años.

POSTRES: 4 veces a la semana fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón... y 1 vez a la semana yogur natural sin azúcar.

grupo_servicatering

Central de CATERING

Ingredientes ecológicos · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · GASTRONOMÍA LOCAL · Pescados sostenibles · Productos integrales · Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos