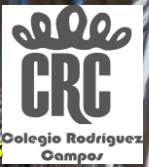


# MENÚ DEL MES DE JUNIO 2026

Colegio Rodríguez Campos



**Lunes 1**  
**Monday 1<sup>st</sup>**

Crema de calabaza  
Thick pumpkin soup  
Empanadillas de pescado al horno  
con tomate aliñado  
Roasted fish patties with tomato



**Martes 2**  
**Tuesday 2<sup>nd</sup>**

Puré de puerro y calabacín  
Leek and courgette soup  
Ropa vieja de cerdo y res frescos  
"Ropa vieja" canarian meat stew



**Miércoles 3**  
**Wednesday 3<sup>rd</sup>**

Potaje de huevo  
Thick egg soup  
Pechuga de pollo asada con  
remolacha y maíz  
Grilled chicken breast with  
beet and corn



**Jueves 4**  
**Thursday 4<sup>th</sup>**

Espaguetis integrales con verduras  
Whole wheat spaghetti with vegetables  
Atún en aceite con batavia y  
zanahoria  
Tuna in oil with lettuce and carrot



**Viernes 5**  
**Friday 5<sup>th</sup>**

Judías blancas  
White beans  
Huevos con pechuga de pavo  
Premium y arroz blanco  
Eggs with turkey slice and boiled  
rice



**Lunes 8**  
**Monday 8<sup>th</sup>**

Crema de verduras  
Thick vegetable soup  
Empanado de pollo al horno con  
lechuga iceberg y cherrys  
Baked breaded chicken with lettuce and  
tomato



**Martes 9**  
**Tuesday 9<sup>th</sup>**

Puré de espinacas  
Cream of spinach  
Paella de pulpo  
"Paella" spanish rice dish  
with octopus



**Miércoles 10**  
**Wednesday 10<sup>th</sup>**

Potaje de zanahorias  
Thick carrot soup  
Tortilla española con remolacha  
y aceitunas  
Spanish omelette with beet and olives



**Jueves 11**  
**Thursday 11<sup>th</sup>**

Caldo de pescado  
Fish soup  
Hamburguesa fresca de cerdo a la plancha  
con tomate y maíz  
Fresh grilled pork hamburger with  
vegetables



**Viernes 12**  
**Friday 12<sup>th</sup>**

Lentejas compuestas  
Lentil soup  
Pizzas caseras de atún,  
jamón y queso  
Homemade pizzas



**Lunes 15**  
**Monday 15<sup>th</sup>**

Potaje de berros  
Thick watercress soup  
Salchichas de pavo/pollo  
en salsa con arroz  
Turkey/chicken sausages in sauce with  
boiled rice



**Martes 16**  
**Tuesday 16<sup>th</sup>**

Garbanzas con verduras  
Chick-peas with vegetables  
Huevos rotos al horno (champiñones,  
maíz, tomate)  
Baked eggs (mushrooms, corn, tomato)



**Miércoles 17**  
**Wednesday 17<sup>th</sup>**

Crema de calabaza  
Thick pumpkin soup  
Eglefino al horno con batavia  
y zanahoria  
Baked fish with lettuce and carrot



**Jueves 18**  
**Thursday 18<sup>th</sup>**

Puré de lentejas  
Cream of lentils  
Estofado de ternera fresca  
con verduritas  
Fresh veal stew with vegetables



**Viernes 19**  
**Friday 19<sup>th</sup>**

Espagueti boloñesa  
Spaghetti bolognese  
Nuggets de pollo con papas fritas  
Chicken nuggets with chips  
Helado  
Ice cream

**¡¡FELIZ VERANO!!**  
**¡¡HASTA EL PRÓXIMO CURSO!!**

**DESDE EL DÍA 22, NUESTRO**  
**CAMPAMENTO DE VERANO**

**Postres:**

- Todos los días pondremos fruta natural.  
Excepcionalmente, yogur.



Valoración nutricional del menú realizada por el técnico farmacéutico de Serax Consulting SL, D. Sergio Alonso con número de colegiado 1515 y siguiendo las directrices del documento editado por el Grupo de trabajo de la Guía de Comedores Escolares de Canarias. Guía de Comedores Escolares de la Comunidad Autónoma de Canarias. 1ª ed. Santa Cruz de Tenerife: Gobierno de Canarias. Consejería de Sanidad. Servicio Canario de Salud; 2021

Más información de nuestro  
**SERVICIO DE COMEDOR, CON  
RECOMENDACIÓN DE CENAS,**  
aquí.



Trabajamos con las mejores productos. Tenemos muy en cuenta la importancia de la alimentación en esta etapa de la vida de nuestro alumnado. Un ejemplo de ellos son nuestras verduras, hortalizas, carnes y pescados; casi siempre frescos.  
We use only the best products. We are very aware of the importance of eating habits in this stage of our students' lives. Accordingly our vegetables, meat and fish are almost always fresh