

Menú Campamento Hastings Bendición de Campos - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY								MIÉRCOLES / WEDNESDAY								JUEVES / THURSDAY								VIERNES / FRIDAY										
	1								2								3								4										
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)								Judías verdes rehogadas								school trip								Arroz con tomate										
	Pasta with home made tomato sauce								Sauteed green beans																Rice & vegetables										
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)								Magro de cerdo cous cous (1,6,10)																Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (1,6,12)										
	Omelette & tomato salad								Diced pork meat couscous																Veal burger & diced potatoes										
	Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit																Helado/ Ice cream (7)										
LUNES / MONDAY	kcal		664	Lip	18,5	Prot	17,2	HdC	107	kcal		626	Lip	21,7	Prot	30,8	HdC	77	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		705	Lip	22,5	Prot	33,2	HdC	93
7	8								9								10								11										
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta con chorizo (1,3,6,10)								school trip								Lentejas estofadas								Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)										
Sautéed broccoli	Pasta with chorizo																Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)																		
Cinta de lomo adobada con patatas fritas	Merluza en salsa verde con guisantes (4)																Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)								Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural										
Grilled Pork loin & french fries	Hake in sauce & peas																Homemade tuna pastries & salad								Roast chicken & fresh tomato salad										
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																Fruta de temporada / Seasonal fruit								Helado/ Ice cream (7)										
kcal		614	Lip	26,0	Prot	31,9	HdC	63	kcal		744	Lip	22,8	Prot	41,4	HdC	93	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal		682	Lip	23,9	Prot	42,1	HdC	75	
14	15								16								17								18										
Guisantes salteados con jamón	Gazpacho tradicional (1)								Arroz blanco con salsa casera de tomate								school trip								Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)										
Sauteed peas with ham	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)								White rice with home made tomato sauce																Macaroni Pomodoro										
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo con Verduras								Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)																Albóndigas mixtas con patatitas dado (10,11,12)										
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables								Breaded hake and salad																Veal meatball with diced potatoes										
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit								Fruta de temporada / Seasonal fruit																Helado/ Ice cream (7)										
kcal		618	Lip	21,4	Prot	19,2	HdC	87	kcal		630	Lip	19,7	Prot	32,8	HdC	80	kcal		Lip	16,3	Prot	33,1	HdC	98	kcal		772	Lip	32,5	Prot	40,6	HdC	79	
21	22								23								24								25										
Lentejas estofadas	Puré de calabaza								school trip								Mac and cheese (1,3,6,7,10)								National Holidays										
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup																Mac and cheese (1,3,6,7,10)																		
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas																Cinta de lomo con ensalada																		
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes																Pork loin and salad																		
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit																Helado/ Ice cream (7)																		
kcal		693	Lip	13,7	Prot	42,1	HdC	100	kcal		651	Lip	27,4	Prot	29,3	HdC	72	kcal		Lip		Prot		HdC		kcal			Lip		Prot		HdC		

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú sin carne de cerdo ni marisco - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de pollo con cous cous (1,6,10)		Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Grilled chicken fillet and couscous		Veal burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Zucchini omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado/ Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú sin carne de cerdo ni ternera - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de pollo con cous cous (1,6,10)		Hamburguesa vegetal en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Grilled chicken fillet and couscous		Vegetarian burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Zuchinni omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado/ Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú sin carne de cerdo ni frutos secos - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	<u>Filete de pollo con cous cous (1,6,10)</u>		Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Grilled chicken fillet and couscous		Veal burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)</u>	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
<u>Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)</u>	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Zucchini omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado/ Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
<u>Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)</u>	Ragout de Pavo con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		<u>Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)</u>
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		<u>Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)</u>	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú sin carne de cerdo ni marisco - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Filete de pollo (certificado Halal) con cous cous (1,6,10)		Hamburguesa vegetal en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Grilled chicken fillet and couscous		Vegetarian burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Filete de pollo (certificado) al horno con ens. De tomate natural
Zuchinni omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Grilled chicken fillet & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado/ Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo (certificado) con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Filete de pollo asado (certificado) con patatas		Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken fillet with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú adaptado Kosher - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	<u>Filete de pollo con cous cous (1,6,10)</u>		<u>Hamburguesa vegetal en salsa con patatitas (1,6,12).</u> <u>Contiene guisantes.</u>
	Omelette & tomato salad	Grilled chicken fillet and couscous		Vegetarian burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	<u>Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)</u>	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
<u>Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)</u>	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		<u>Empanada casera de pisto al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)</u>	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Zuchinni omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade pisto pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado/ Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
<u>Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)</u>	Ragout de Pavo con Verduras	<u>Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)</u>		<u>Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)</u>
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		<u>Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)</u>	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú sin leche (tolera lácteos) - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Magro de cerdo cous cous (1,6,10)		Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Diced pork meat couscous		Veal burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur/Yogurth (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta con chorizo (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Pasta with chorizo		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Cinta de lomo adobada con patatas fritas	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Grilled Pork loin & french fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur/Yogurth (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados con jamón	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas with ham	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		Albóndigas mixtas con patatitas dado (10,11,12)
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Veal meatball with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogur/Yogurth (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		Cinta de lomo con ensalada	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado/ Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos- Menú sin queso, kiwi, nueces ni mejillones - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (3)	Magro de cerdo cous cous (1,6,10)		Hamburguesa de ternera en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Diced pork meat couscous		Veal burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta con chorizo (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Pasta with chorizo		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Cinta de lomo adobada con patatas fritas	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de atún claro al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Muslitos de pollo al horno con ens. De tomate natural
Grilled Pork loin & french fries	Hake in sauce & peas		Homemade tuna pastries & salad	Roast chicken & fresh tomato salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado / Ice cream (7)
14	15	16	17	18
Guisantes salteados con jamón	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas with ham	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Ragout de Pavo con Verduras	Fil. De merluza a la andaluza con ensalada (1,4,6,10)		Albóndigas mixtas con patatitas dado (10,11,12)
Potato omelette & fresh tomato salad	Turkey stew with vegetables	Breaded hake and salad		Veal meatball with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)
21	22	23	24	25
Lentejas estofadas	Puré de calabaza	school trip	Macarrones con tomate (1,3,6,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Macaronni and tomato sauce	
Fish and chips (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas		Cinta de lomo con ensalada	
Fish and chips (1,4,6,10)	Roasted chicken with potatoes		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)	

Campamento Hastings Bendición de Campos - Menú vegetariano - JULY 2025



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

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: sandía, melón, pera, manzana...

	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	Pasta con tomate y verduras (1,3,6,10)	Judías verdes rehogadas	school trip	Arroz con tomate
	Pasta with home made tomato sauce	Sauteed green beans		Rice & vegetables
	Tortilla española con ens. De tomate y orégano (elaborada con harina de garbanzos)	Tiras Mediterráneas (Heura) con cous cous (1,6,10)		Hamburguesa vegetal en salsa con patatitas (1,6,12)
	Omelette & tomato salad	Vegetarian strips con couscous		Vegetarian burger & diced potatoes
	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)
LUNES / MONDAY	7	8	9	10
Brócoli rehogado con ajitos	Pasta salteada c/tricolor de verduras (1,3,6,10)	school trip	Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Arroz Tres Delicias (maíz, zanahoria, guisantes)
Sautéed broccoli	Sautéed pasta and vegetables		Lentil stew	Special fried rice (sweet corn, carrot, peas)
Tortilla francesa de calabacín con patatas fritas (3)	Merluza en salsa verde con guisantes (4)		Empanada casera de pisto al horno con ensalada (1,3,5,6,7,8,10,11)	Daditos de seitán al horno con ens. De tomate natural (1,6)
Zuchinni omelette and fries	Hake in sauce & peas		Homemade pisto pastries & salad	Diced seitan and salad
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit	Helado / Ice cream (7)
	14	15	16	17
Guisantes salteados	Gazpacho tradicional (1)	Arroz blanco con salsa casera de tomate	school trip	Macarrones Pomodoro (1,3,6,10)
Sauteed peas	Homemade "gazpacho" (cold tomato soup)	White rice with home made tomato sauce		Macaroni Pomodoro
Tortilla española con ens. De tomate aliñado con AOVE y orégano (3)	Tofu salteado con Verduras (1,6)	Pakoras caseras vegetales con ensalada		Falafel con salsa de yogur y patatitas dado (1,6)
Potato omelette & fresh tomato salad	Sautéed tofu with vegetables	Vegetarian pakoras and salad		Falafel with yogurth sauce and diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)
	21	22	23	24
Lentejas estofadas (no chorizo ni jamón)	Puré de calabaza	school trip	Mac and cheese (1,3,6,7,10)	National Holidays
Lentil stew	Creamy of pumpkin soup		Mac and cheese (1,3,6,7,10)	
Tiras vegetarianas and chips (1,6,10)	Ensalada de lentejas y arroz (pimientos, cebolla, maíz, zanahoria rallada)		Revuelto de huevo y berenjena con ensalada (3)	
Vegetarian strips and chips	Lentils and rice salad		Pork loin and salad	
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit		Helado / Ice cream (7)	
				25