

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Pasta (sin gluten) con tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten)	3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	4 Alubias estofadas con chorizo Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	5 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (sin gluten)	6 FESTIVO	VE: 2803/670 GT: 29 GS: 7 HC: 74 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
9 FESTIVO	10 Pasta (sin gluten) napolitana Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	11 Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	12 Crema toscana de alubias con dados de jamón y romero Magro en salsa con verduras Yogur y pan (sin gluten)	13 Arroz tres delicias Ventresca de merluza con pil- pil de tomate con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3066/734 GT: 34 GS: 7 HC: 72 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan (sin gluten)	17 Arroz con calabacín y salchichas frescas Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten)	18 Sopa de ave con pasta (sin gluten) Revuelto de jamón york,cebolla y queso con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	19 Alubias pintas estofadas con verduras Filete de palometa con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	20 Patatas estofadas con costillas y tomillo Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2635/630 GT: 21 GS: 6 HC: 77 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 3
23 FESTIVO	24 FESTIVO	25 FESTIVO	26 FESTIVO	27 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
30 FESTIVO	31 FESTIVO			Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0