

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2 Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido</p> <p>Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale</p> <p>Lacón al horno con patatas dado</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>4 Alubias estofadas con chorizo</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>5 Salteado de judías verdes con patatas</p> <p>Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Yogur y pan</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>VE: 2943/704</p> <p>GT: 25</p> <p>GS: 6</p> <p>HC: 89</p> <p>AZ: 23</p> <p>PROT: 37</p> <p>SAL: 2</p>
<p>9 FESTIVO</p>	<p>10 Coditos a la napolitana</p> <p>Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>11 Salteado de acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas dado</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>12 Crema toscana de alubias con dados de jamón y romero</p> <p>Magro en salsa con verduras</p> <p>Yogur y pan</p>	<p>13 Arroz tres delicias</p> <p>Ventresca de merluza con pil-pil de tomate con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>VE: 3651/873</p> <p>GT: 33</p> <p>GS: 6</p> <p>HC: 100</p> <p>AZ: 23</p> <p>PROT: 44</p> <p>SAL: 2</p>
<p>16 Salteado de judías verdes con patatas</p> <p>Albóndigas con jardinera de champiñones</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>17 Arroz con calabacín y salchichas frescas</p> <p>Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras</p> <p>Fruta y pan integral</p>	<p>18 Sopa de ave con pasta</p> <p>Revuelto de jamón york, cebolla y queso con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas con verduras</p> <p>Filete de palometa con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur y pan integral</p>	<p>20 Patatas estofadas con costillas y tomillo</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>VE: 2911/696</p> <p>GT: 20</p> <p>GS: 5</p> <p>HC: 92</p> <p>AZ: 25</p> <p>PROT: 37</p> <p>SAL: 3</p>
<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 FESTIVO</p>	<p>25 FESTIVO</p>	<p>26 FESTIVO</p>	<p>27 FESTIVO</p>	<p>VE: 0/0</p> <p>GT: 0</p> <p>GS: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>AZ: 0</p> <p>PROT: 0</p> <p>SAL: 0</p>
<p>30 FESTIVO</p>	<p>31 FESTIVO</p>			<p>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.</p>	<p>VE: 0/0</p> <p>GT: 0</p> <p>GS: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>AZ: 0</p> <p>PROT: 0</p> <p>SAL: 0</p>