

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: FERRER Y RACAJ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2 Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>4 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>5 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9 FESTIVO</p>	<p>10 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>11 Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>12 Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>13 Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan</p>	<p>17 Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>18 Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>20 Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: CEIP ANGEL RIVÉRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2 Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>4 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>5 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9 FESTIVO</p>	<p>10 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>11 Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>12 Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>13 Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan</p>	<p>17 Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>18 Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>20 Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Whole grain macaroni with tuna and hard egg York and cheese omelette with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral Zucchini cream with fresh cheese and kale Baked lacón pork with sautéed vegetables Fruit and whole meal bread</p>	<p>4</p> <p>Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Beans with vegetables Baked chicken drumsticks with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral Sautéed green beans with potatoes Beef hamburger with lettuce, tomato and carrot salad Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>FESTIVO</p>	<p>10</p> <p>Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral Sautéed pasta Rib chop with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and whole meal bread</p>	<p>11</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Sautéed swiss chard & potatoes Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral Cream of legumes Lean pork in sauce with vegetables Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>13</p> <p>Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Chinese fried rice Grilled hake with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Meatballs in mushroom gravy Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral Rice with vegetables Baked hake fillet with soy vinaigrette with sautéed vegetables Fruit and whole meal bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Chicken soup with pasta Omelette with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral Stewed pinto beans with vegetables Pomfret with lettuce & tomatoes Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>20</p> <p>Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed potatoes with vegetables Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 SAL: 3</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>FESTIVO</p>	<p>25</p> <p>FESTIVO</p>	<p>26</p> <p>FESTIVO</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>	<p>31</p> <p>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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: CEIP LES ALLÈES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2 Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>4 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>5 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9 FESTIVO</p>	<p>10 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>11 Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>12 Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>13 Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan</p>	<p>17 Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>18 Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>20 Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: CEIP PEDRO ORÓS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2 Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>3 Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>4 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>5 Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>6 FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9 FESTIVO</p>	<p>10 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>11 Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>12 Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>13 Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan</p>	<p>17 Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral</p>	<p>18 Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>19 Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral</p>	<p>20 Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: SAGRADO CORAZON

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Whole grain macaroni with tuna and hard egg York and cheese omelette with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabacín con queso fresco y col kale Lacón al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral Zucchini cream with fresh cheese and kale Baked lacón pork with sautéed vegetables Fruit and whole meal bread</p>	<p>4</p> <p>Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Beans with vegetables Baked chicken drumsticks with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur desnatado y pan integral Sautéed green beans with potatoes Beef hamburger with lettuce, tomato and carrot salad Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 2209/528 GT: 18 GS: 4 HC: 67 AZ: 18 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>FESTIVO</p>	<p>10</p> <p>Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral Sautéed pasta Rib chop with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and whole meal bread</p>	<p>11</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Sautéed swiss chard & potatoes Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>Crema de legumbres Magro en salsa con verduras Yogur desnatado y pan integral Cream of legumes Lean pork in sauce with vegetables Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>13</p> <p>Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Chinese fried rice Grilled hake with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>VE: 2435/583 GT: 11 GS: 2 HC: 82 AZ: 16 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan Sautéed green beans with potatoes Meatballs in mushroom gravy Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Arroz con verduras Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras Fruta y pan integral Rice with vegetables Baked hake fillet with soy vinaigrette with sautéed vegetables Fruit and whole meal bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Chicken soup with pasta Omelette with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Alubias pintas estofadas con verduras Palometa a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan integral Stewed pinto beans with vegetables Pomfret with lettuce & tomatoes Low-fat yoghurt and whole meal bread</p>	<p>20</p> <p>Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed potatoes with vegetables Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>VE: 2202/527 GT: 12 GS: 2 HC: 74 AZ: 18 PROT: 28 SAL: 3</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>FESTIVO</p>	<p>25</p> <p>FESTIVO</p>	<p>26</p> <p>FESTIVO</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>	<p>31</p> <p>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 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>