

MES: Febrero 2020

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Valoración |
|--|--|--|---|--|---|
| 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 |
| 3 Pasta salteada Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan | 4 Puré de acelgas Lomo a la plancha con patatas dado Fruta y pan | 5 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan | 6 Salteado de judías verdes con patatas Chuleta de aguja con ensalada de lechuga Fruta y pan | 7 Arroz salteado Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | VE: 2616/626 GT: 19 GS: 3 HC: 88 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2 |
| 10 Puré de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan | 11 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga Fruta y pan | 12 Salteado de acelgas con patatas Magro en salsa con arroz salteado Fruta y pan | 13 Puré de acelgas Filete de merluza a la plancha con patatas dado Fruta y pan | 14 Arroz salteado Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga Fruta y pan | VE: 2828/677 GT: 18 GS: 2 HC: 99 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 3 |
| 17 Salteado de judías verdes con patatas Chuleta de aguja con ensalada de lechuga Fruta y pan | 18 Arroz salteado Filete de merluza al horno con salteado de verduras (judía verde, coles, zanahoria) Fruta y pan | 19 Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan | 20 Crema de calabaza Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | 21 Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | VE: 2299/550 GT: 11 GS: 1 HC: 85 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 3 |
| 24 Salteado de judías verdes con patatas Pavo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | 25 Puré de acelgas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan | 26 Arroz salteado Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | 27 Crema de calabaza Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | 28 Pasta salteada Bistec de magro a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan | VE: 2412/577 GT: 14 GS: 2 HC: 87 AZ: 27 PROT: 28 SAL: 2 |