

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Diciembre 2018

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3 Judías verdes con tomate Tortilla de patata y calabacín con ensalada Postre lácteo y pan	4 Alubias pintas estofadas Filete de merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	5 Crema de zanahoria Pollo asado con ensalada Fruta y pan	FESTIVO	DÍA NO LECTIVO	Kcl: 648 HC: 71 Prot: 28 Lip: 29
10 Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas Merluza con jamón y queso con ensalada Postre lácteo y pan	11 Tallarines a la napolitana Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan	12 Lentejas estofadas con verduras Estofado de pavo con patatas dado Fruta y pan	13 Crema de champiñones Palometa a la andaluza con ensalada Fruta y pan	14 Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con tomate al horno Fruta y pan	Kcl: 638 HC: 82 Prot: 27 Lip: 24
17 Coliflor salteada Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Postre lácteo y pan	18 Lentejas a la riojana Filete de merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	19 Patatas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada Fruta y pan	20 Garbanzos estofados Revuelto de queso con ensalada Fruta y pan	21 Espaguetis con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan	Kcl: 745 HC: 78 Prot: 30 Lip: 31
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
VACACIONES					Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0