

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Septiembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>2</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>3</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>4</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>5</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>6</p> <p>Judías verdes con patatas Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>8</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2278/545 GT: 12 GS: 1 HC: 82 AZ: 27 PROT: 29 SAL: 1</p>
<p>9</p> <p>Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) Ventresca de merluza con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>10</p> <p>Crema de calabacín con queso Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>12</p> <p>Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>13</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Rabas a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3433/821 GT: 30 GS: 6 HC: 103 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Coditos con salsa de tomate Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>Alubias estofadas con verduras Delicias de bacalao con patatas fritas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Patatas estofadas con magro Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>20</p> <p>Crema de verduras Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3306/791 GT: 30 GS: 7 HC: 95 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 1</p>
<p>23</p> <p>Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>24</p> <p>Macarrones con salsa de tomate con queso rallado San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Judías verdes con patatas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Garbanzos estofados Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>27</p> <p>Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>29</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3555/851 GT: 30 GS: 6 HC: 108 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>							<p>VE: 4442/1063 GT: 45 GS: 11 HC: 125 AZ: 31 PROT: 44 SAL: 1</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses