



MENÚ ALÉRGICOS AL PESCADO FEBRERO 2019



				VIERNES 1	KCAL	973
				ARROZ CON TOMATE FILETE DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	134
					PROTEÍNAS	37
					LÍPIDOS	32
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8	KCAL	899
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA CON PATATAS DADO FRUTA PAN	TALLARINES CON VERDURAS LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) TORTILLA DE PATATA CON TOMATE GELATINA DE FRUTAS PAN	CREMA DE ZANAHORIAS ECOLÓGICA FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera y patata) FRUTA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	105
					PROTEÍNAS	39
					LÍPIDOS	33
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	KCAL	897
ARROZ TRES DELICIAS (zanahoria, huevo, jamón) FILETE DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA PAN	GUIISO DE PATATAS CON MAGRO LOMO DE SAJONIA CON TOMATE FRUTA PAN	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) CROQUETAS DE LA ABUELA YOGUR DE SABORES PAN	SOPA DE PICADILLO REDONDO DE TERNERA CON PATATAS DADO FRUTA PAN	CREMA DE VERDURAS (con patata, zanahoria, calabacín y calabaza) FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN FRUTA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	100
					PROTEÍNAS	38
					LÍPIDOS	35
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 262	KCAL	906
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) CINTA DE LOMO CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata, zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN	PATATAS CON COSTILLAS LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA DE LA HUERTA NATILLAS PAN	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA PAN	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera y patata) FRUTA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	115
					PROTEÍNAS	37
					LÍPIDOS	34
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28			
GUISANTES REAHOGADOS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) CINTA DE LOMO CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN			
				HIDRATOS DE CARBONO	107	
				PROTEÍNAS	33	
				LÍPIDOS	36	