

MENÚ SIN MARISCO



1		2		3		4		5			
<p>GUISANTES Con jamón</p> <p>BACALAO Con tomate</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>ARROZ CON VERDURAS</p> <p>LOMO DE CERDO Con cebolla caramelizada</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>LENTEJAS GUIADAS Con chorizo</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN Con tomate</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>FIDEUA DE VERDURAS (sin marisco)</p> <p>LOMO DE MERLUZA En salsa</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO Con champiñón</p> <p>YOGUR DE SABORES, PAN</p>		KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEÍNAS	
										LÍPIDOS	
11		12		13		14		15			
<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE LENGUADINA Con ensalada de la huerta</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>JUDÍAS VERDES Con pavo</p> <p>TORTILLA DE PATATA Con tomate</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzo, ternera, patata)</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO Con patatas</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>MACARRONES BOLOÑESA (Con carne de ternera)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA Al horno con verduras</p> <p>YOGUR DE SABORES, PAN</p>		KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEÍNAS	
										LÍPIDOS	
18		19		20		21		22			
<p>ESPAGUETIS CARBONARA (Con nata y beicon)</p> <p>BOQUERÓN MARIPOSA Con ensalada de la huerta</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>ALUBIAS BLANCAS Con chorizo</p> <p>HUEVOS REVUELTOS Con pavo</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>MENÚ DEL ALUMNO</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (Con jamón, huevo y zanahoria)</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA Con queso y beicon</p> <p>NATILLAS, PAN</p>		<p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA Con pisto</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>NO LECTIVO</p>		KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEÍNAS	
										LÍPIDOS	
22		23		24		25		26			
<p>NO LECTIVO</p>		<p>TALLARINES Con verduras</p> <p>FILETE DE MERLUZA Con tomate aliñado</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzo, ternera, patata)</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>MAGRO DE CERDO Con tomate</p> <p>FRUTA, PAN</p>		<p>LENTEJAS ESTOFADAS Con chorizo</p> <p>HUEVOS REVUELTOS Con jamón</p> <p>YOGUR DE SABORES, PAN</p>		KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEÍNAS	
										LÍPIDOS	
1		2		3		4		5			
										KCAL	
										HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEÍNAS	
										LÍPIDOS	