

MENÚ SIN PESCADO



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