

MES: Enero 2019

COLEGIO: SANTA CRUZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1	2	3	4	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
7 Tallarines con salsa de tomate con salsa de quesos Tortilla francesa de atún con champiñones salteados Fruta y pan	8 Crema de verduras Filete de merluza a la andaluza con patatas dado Postre lácteo y pan	9 Entremeses y miniempanadillas Paella valenciana Fruta y pan	10 Sopa marinera de pescado con pasta Pollo a la manzana con aros de cebolla Postre lácteo y pan	11 Crema de garbanzos (garbanzos, patata, cebolla) Bistec de magro a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	Kcl: 811 HC: 96 Prot: 33 Lip: 34
14 Arroz a la milanesa San Marino (merluza, jamón york y queso) con patatas fritas Fruta y pan	15 Sopa de fideos Hamburguesa con salteado de cebolla y champiñones Postre lácteo y pan	16 JORNADA TAILANDESA Pasta salteada Pechuga de pollo empanada Arroz con leche	17 Crema de verduras con picatostes Rape a la romana con guisantes salteados Postre lácteo y pan	18 Crema de alubias Revuelto de bacon con pisto Fruta y pan	Kcl: 751 HC: 90 Prot: 31 Lip: 31
21 Crema de calabacín con dados de queso Tortilla de patatas con pisto Fruta y pan	22 Lentejas estofadas con verduras Croquetas de pollo con champiñones salteados Postre lácteo y pan	23 Sopa de ave Contramuslo de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	24 Arroz con magro y champiñones Pechuga de pollo al ajillo con guisantes salteados Postre lácteo y pan	25 Macarrones con verduras Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Fruta y pan	Kcl: 714 HC: 90 Prot: 31 Lip: 28
28 Crema de verduras con jamón Albóndigas de ternera con patatas fritas Fruta y pan	29 Crema de garbanzos (garbanzos, patata, cebolla) Nuggets de pollo con pisto Postre lácteo y pan	30 Patatas a la americana Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta y pan	31 Sopa de pescado con pasta Pechuga de pollo al ajillo con patatas asadas Postre lácteo y pan		Kcl: 725 HC: 77 Prot: 35 Lip: 33