

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 pasta (sin huevo) Pechuga de pollo al ajillo con champiñones salteados Fruta y pan	8 Crema de verduras Filete de merluza al horno con patatas dado Postre lácteo y pan	9 Entremeses aptos Paella valenciana Fruta y pan	10 AROS SIN REBOZAR Sopa de pescado con pasta con pasta (sin huevo) Pollo a la manzana con aros de cebolla y patatas Postre lácteo y pan	11 Garbanzos estofados Bistec de magro a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	Kcl: 860 HC: 100 Prot: 35 Lip: 37
14 Arroz a la milanesa Filete de merluza al horno con patatas fritas Fruta y pan	15 Sopa de fideos con pasta (sin huevo) Hamburguesa de ternera con salteado de cebolla y champiñones Postre lácteo y pan	16 JORNADA TAILANDESA Pasta salteada con pasta (sin huevo) Salteado de pollo con soja Arroz con leche y pan	17 Crema de verduras con picatostes Rape al horno con guisantes salteados Postre lácteo y pan	18 Alubias estofadas con verduras Pechuga de pollo al ajillo con pisto Fruta y pan	Kcl: 713 HC: 92 Prot: 36 Lip: 25
21 Crema de calabacín con picatostes Filete de merluza al horno con pisto Fruta y pan	22 Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo al ajillo con champiñones salteados Postre lácteo y pan	23 Sopa de ave con pasta (sin huevo) Contramuslo de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	24 Arroz con magro y champiñones Ragout de pavo con guisantes salteados Postre lácteo y pan	25 Macarrones con verduras con pasta (sin huevo) Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Fruta y pan	Kcl: 717 HC: 89 Prot: 35 Lip: 27
28 Crema de verduras con jamón Albóndigas de ternera con patatas fritas Fruta y pan	29 Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno 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 con pasta (sin huevo) Costillas asadas con salsa barbacoa con patatas asadas Postre lácteo y pan		Kcl: 793 HC: 79 Prot: 39 Lip: 38