

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: SANTA CRUZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Arroz con salsa de tomate Lomo de perca a la griega con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan	3 Sopa minestrone Pavo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	4 Olleta alicantina Tortilla francesa con salteado de verduras con tomate Fruta y pan	5 Tallarines con salsa de tomate Rape en salsa verde con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	6	VE: 2896/693 GT: 15 GS: 1 HC: 108 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 2
9 Lentejas estofadas con arroz Abadejo en salsa verde con pisto Fruta y pan	10 Crema parmentier Paella valenciana Fruta y pan	11 Patatas estofadas con magro con verduras Ventresca de merluza en salsa marinera con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan	12 Crema de alubias Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	13 Coliflor salteada Pavo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3172/759 GT: 23 GS: 4 HC: 107 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 2
16 Crema de verduras Chuleta de aguja con salteado de cebolla y champiñones Fruta y pan	17 Sopa de ave con fideos Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan	18 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con ensalada de lechuga, maíz y quinoa Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de verduras con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan	20 Pasta con salsa de tomate Rape a la donostiarra con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 3008/720 GT: 19 GS: 3 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
23	24	25	26	27	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
30	31			SIN PLV, SIN SOJA	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0