

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2023

COLEGIO: SANTA CRUZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 VACACIONES	3 VACACIONES	4 VACACIONES	5 VACACIONES	6 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan	10 Arroz con magro y verduras (arroz, magro de cerdo, cebolla y zanahoria) Ventresca de merluza con pil-pil de tomate con patatas dado Fruta de temporada y pan	11 Garbanzos estofados con verduras Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan	12 Espirales a la napolitana Abadejo orly con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	13 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Estofado de pavo Fruta de temporada y pan	VE: 3406/815 GT: 27 GS: 4 HC: 108 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 1
16 Entremeses con ensalada Paella valenciana Postre lácteo y pan	17 Potaje de garbanzos Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	18 Pasta con verduras con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan	19 Sopa de pasta Albóndigas con pisto Fruta de temporada y pan	20 Crema de verduras Pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan	VE: 3288/787 GT: 30 GS: 4 HC: 97 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
23 Coditos con verduras con salsa de tomate Hamburguesa en salsa de tomate con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Postre lácteo y pan	24 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de calabacín Fruta de temporada y pan	25 Crema de legumbres y verduras Filete de merluza rebozada con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan	26 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con parmentier de patata y zanahoria Fruta de temporada y pan	27 Arroz con salsa de tomate Fish and chips de lenguadina con mayonesa Fruta de temporada y pan	VE: 3383/809 GT: 25 GS: 4 HC: 116 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 3
30 Espaguetis a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Postre lácteo y pan	31 Alubias pintas estofadas con verduras Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan				VE: 3668/878 GT: 32 GS: 5 HC: 114 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 1