

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Crema parmentier Abadejo a la andaluza con salteado de verduras Fruta y pan	5 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón Yogur y pan	6 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan	8 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga Fruta y pan	VE: 2718/650 GT: 17 GS: 5 HC: 93 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 1
11 Crema de calabacín Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega Yogur y pan	13 Arroz con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	14 Sopa minestrone Pollo asado al limón Yogur y pan	15 Lentejas estofadas con verduras Buñuelos de bacalao Fruta y pan	VE: 2898/693 GT: 23 GS: 5 HC: 94 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 2
18 Macarrones a la napolitana Abadejo a la donostiarra Fruta y pan	19 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan	20 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Alubias estofadas con verduras Albóndigas de merluza Yogur y pan	22 Coliflor salteada Salchichas frescas con arroz salteado Fruta y pan	VE: 2954/707 GT: 24 GS: 6 HC: 93 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2
25 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan	26 Salteado de judías verdes con patatas con zanahoria y calabacín Pollo asado al romero Yogur y pan	27 Garbanzos estofados Rape al horno con salsa de zanahoria Fruta y pan	28 Crema de verduras Lomo al ajillo con patatas dado Yogur y pan	29 Paella de verduras Filete de merluza al horno Fruta y pan	VE: 2960/708 GT: 19 GS: 4 HC: 107 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 1