

Lunes

Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



BIENVENIDOS AL CURSO
2016/2017

Sal* (g): 1,1 g
AGS: 7,9 g
Azúcar: 21,8 g

*Corresponde al sodio que forma parte
de los alimentos de forma natural

LUNES 12

ARROZ BLANCO CON TOMATE
HUEVOS CON SALCHICHAS
LACTEO

Hid. 68 Prot. 26 Lip. 38 Kcal. 714

MARTES 13

CREMA DE CALABACIN
FILETES RUSOS CON PATATAS
FRUTA

Hid. 63 Prot. 37 Lip. 41 Kcal. 780

MIERCOLES 14

MACARRONES BOLOGNESA
LOMO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 86 Prot. 40 Lip. 52 Kcal. 985

JUEVES 15

LENTEJAS ESTOFADAS
PESCADO CON ENSALADA
FRUTA

Hid. 60 Prot. 34 Lip. 16 Kcal. 551

VIERNES 16

PATATAS CON COSTILLA
PECHUGA DE POLLO CON CHAMPI
FRUTA

Hid. 55 Prot. 44 Lip. 28 Kcal. 666

LUNES 19

PURE DE LEGUMBRES
ALBONDIGAS CON PATATAS DADO
FRUTA

Hid. 76 Prot. 29 Lip. 27 Kcal. 716

MARTES 20

SPAGUETTIS CON TOMATE
SOLOMILLO CON CALACIN
LACTEO

Hid. 87 Prot. 46 Lip. 26 Kcal. 778

MIERCOLES 21

PAELLA MIXTA
TORTILLA DE PATATA
FRUTA

Hid. 95 Prot. 20 Lip. 19 Kcal. 642

JUEVES 22

MENESTRA DE VERDURA
GRANADERO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 63 Prot. 31 Lip. 20 Kcal. 576

VIERNES 23

SOPA DE COCIDO
POLLO ASADO CON PATATAS
FRUTA

Hid. 89 Prot. 31 Lip. 30 Kcal. 760

LUNES 26

CODITOS BOLOGNESA
LOMO AL AJILLO CON VERDURITAS
LACTEO

Hid. 88 Prot. 40 Lip. 50 Kcal. 974

MARTES 27

PURE DE VERDURAS
PECHUGA CON PATATAS
FRUTA

Hid. 63 Prot. 39 Lip. 26 Kcal. 658

MIERCOLES 28

GARBANZOS GUISADOS
LENGUADO CON ENSALADA
FRUTA

Hid. 71 Prot. 36 Lip. 18 Kcal. 619

JUEVES 29

ARROZ A LA CUBANA
FILETES RUSOS CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 93 Prot. 44 Lip. 41 Kcal. 921

VIERNES 30

CREMA DE ZANAHORIA
ESCALOPINES CON PATATAS
FRUTA

Hid. 66 Prot. 35 Lip. 28 Kcal. 672