



SANTISIMA TRINIDAD - MAYO 2019

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



Azúcar: 16,9 g
AGS: 6,9 g
Sal: 1,2 g

01/05/2019

FESTIVO

Hid. Prot. Lip. Kcal.

02/05/2019

Lentejas estofadas
Pescado a la romana
Fruta

Hid. 93 Prot. 60 Lip. 41 Kcal. 981

03/05/2019

Fideua
Lomo plancha con patatas
Lácteo

Hid. 105 Prot. 51 Lip. 32 Kcal. 907

06/05/2019

Vichyssois
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 103 Prot. 27 Lip. 50 Kcal. 970

07/05/2019

Garbanzos guisados
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 90 Prot. 71 Lip. 35 Kcal. 962

08/05/2019

Patatas con ternera
Tortilla de atún
Lácteo

Hid. 76 Prot. 43 Lip. 51 Kcal. 944

09/05/2019

Sopa de arroz
Albóndigas a la jardinera
Fruta

Hid. 82 Prot. 26 Lip. 30 Kcal. 717

10/05/2019

Macarrones gratinados
Pechuga con cortezas
Lácteo

Hid. 87 Prot. 51 Lip. 25 Kcal. 782

13/05/2019

Espaguetis con tomate
Albóndigas a la jardinera
Fruta

Hid. 103 Prot. 30 Lip. 32 Kcal. 834

14/05/2019

Judías verdes salteadas
Muslo de pollo asados con ensalada
Lácteo

Hid. 38 Prot. 48 Lip. 48 Kcal. 777

15/05/2019

Canelones de atún
Huevos, salchichas y patatas fritas
Fruta

Hid. 88 Prot. 46 Lip. 49 Kcal. 983

16/05/2019

Pure de verduras
Lomo a la plancha con patatas fritas
Lácteo

Hid. 90 Prot. 27 Lip. 30 Kcal. 739

17/05/2019

Lentejas estofadas
Tortilla española con ensalada
Fruta

Hid. 101 Prot. 37 Lip. 50 Kcal. 999

20/05/2019

Crema de legumbre
Huevos con patatas fritas
Fruta

Hid. 105 Prot. 34 Lip. 31 Kcal. 834

21/05/2019

Macarrones al horno
Solomillo con patatas
Fruta

Hid. 115 Prot. 44 Lip. 33 Kcal. 929

22/05/2019

Paella mixta
Salchichas frescas con patatas
Lácteo

Hid. 103 Prot. 48 Lip. 60 Kcal. 999

23/05/2019

Alubias pintas estofadas
Pescado rebozado con ensalada
Fruta

Hid. 87 Prot. 56 Lip. 32 Kcal. 856

24/05/2019

Patatas bravas
Muslos guisados con ensalada
Lácteo

Hid. 97 Prot. 50 Lip. 52 Kcal. 999

27/05/2019

Arroz a la cubana
Merluza en salsa verde
Fruta

Hid. 95 Prot. 46 Lip. 27 Kcal. 808

28/05/2019

Ensaladilla rusa
Escalopin de ternera
Lácteo

Hid. 38 Prot. 44 Lip. 50 Kcal. 779

29/05/2019

Alubias blancas guisadas
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 87 Prot. 56 Lip. 32 Kcal. 856

30/05/2019

Canelones de atún
Pechuga a la plancha con ensalada
Lácteo

Hid. 55 Prot. 63 Lip. 29 Kcal. 743

31/05/2019

Pure de verduras
Albóndigas con patatas
Fruta

Hid. 117 Prot. 31 Lip. 57 Kcal. 999

WWW.ALCIL.COM