



COLEGIO SANTISIMA TRINIDAD - JUNIO 2019

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



Azúcar: 18,8 g
AGS: 9,2 g
Sal (g): 2,3 g

LUNES 3

Crema de calabacín
Pollo guisado
Fruta

Hid. 48 Prot. 32 Lip. 31 Kcal. 598

MARTES 4

Espaguetis boloñesa
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 97 Prot. 36 Lip. 31 Kcal. 812

MIÉRCOLES 5

Paella
Escalopín de ternera
Lácteo

Hid. 107 Prot. 41 Lip. 34 Kcal. 904

JUEVES 6

Patatas con carne
Tortilla de atún con cortezas
Fruta

Hid. 96 Prot. 39 Lip. 43 Kcal. 937

VIERNES 7

Lentejas estofadas
Filete de pescado con ensalada
Fruta

Hid. 74 Prot. 52 Lip. 29 Kcal. 766

LUNES 10

Arroz con tomate
Huevos y salchichas
Lácteo

Hid. 78 Prot. 37 Lip. 47 Kcal. 882

MARTES 11

Alubias pintas estofadas
Pescado rebozado con ensalada
Fruta

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

MIÉRCOLES 12

FESTIVO

JUEVES 13

Ensaladilla rusa
Tortilla de patata
Lácteo

Hid. 42 Prot. 50 Lip. 59 Kcal. 829

VIERNES 14

Macarrones gratinados
Pechuga a la con patatas
Fruta

Hid. 118 Prot. 36 Lip. 32 Kcal. 903

LUNES 17

Sopa de fideo
Solomillo con calabacín
Fruta

Hid. 93 Prot. 35 Lip. 40 Kcal. 867

MARTES 18

Arroz a la cubana
Huevos, salchichas y patatas
Fruta

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

MIÉRCOLES 19

Judías verdes salteadas
Muslo de pollo asados con ensalada
Fruta

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

JUEVES 20

Crema de legumbre
Merluza en salsa verde
Fruta

Hid. 74 Prot. 52 Lip. 29 Kcal. 766

VIERNES 21

Canelones de atún
Lomo a la plancha con calabacín
Postre especial

Hid. 68 Prot. 55 Lip. 38 Kcal. 846