SANTISIMA TRINIDAD - NOVIEMBRE 2019

Lunes Monday	Tuesday Martes	Wednesday Miércoles	Thursday Jueves	Friday Viernes
alcil restauración	MEDIA SAL: 1,8 G MEDIA AZUCAR: 19,5 G MEDIA AGS: 8,8 G			**VIERNES 1** DIA DE TODOS LOS SANTOS
LUNES 4 Arroz a la cubana Huevo, salchichas y patatas Fruta Hid. 122 Prot. 30 Lip. 52 Kcal. 999	**MARTES 5** Alubias blancas con chorizo Lomo al ajillo con ensalada Fruta Hid. 98 Prot. 55 Lip. 31 Kcal. 891	**MIERCOLES 6** Crema de calabaza Filetes rusos con patatas Fruta Hid. 95 Prot. 33 Lip. 48 Kcal. 958	**JUEVES 7** Espaguetis boloñesa Pescado con ensalada Lácteo Hid. 73 Prot. 37 Lip. 25 Kcal. 667	**VIERNES 8** Sopa de cocido Pollo asado con patatas Fruta Hid. 88 Prot. 43 Lip. 23 Kcal. 728
LUNES 11 Puré de verduras Albóndigas con patatas Fruta Hid. 102 Prot. 27 Lip. 54 Kcal. 998	**MARTES 12** Fideua San Jacobo con ensalada Lácteo Hid. 73 Prot. 43 Lip. 27 Kcal. 708	**MIERCOLES 13** Lentejas estofadas Pechuga de pollo con cortezas Lácteo Hid. 79 Prot. 58 Lip. 38 Kcal. 889	**JUEVES 14** Patatas guisadas con ternera Solomillo con ensalada Fruta Hid. 91 Prot. 34 Lip. 38 Kcal. 840	**VIERNES 15** Macarrones con picadillo Pescado con ensalada Lácteo Hid. 79 Prot. 45 Lip. 28 Kcal. 714
LUNES 18 Crema de calabacín Muslo de pollo con patatas Lácteo Hid. 77 Prot. 52 Lip. 41 Kcal. 879	**MARTES 19** Canelones Rossini Lomo con ensalada Fruta Hid. 58 Prot. 56 Lip. 39 Kcal. 817	**MIERCOLES 20** Judías verdes rehogadas Hamburguesa con patatas dado Fruta Hid. 89 Prot. 25 Lip. 43 Kcal. 849	**JUEVES 21** Garbanzos guisados Pescado con ensalada Fruta Hid. 77 Prot. 30 Lip. 13 Kcal. 545	**VIERNES 22** Arroz a la cubana Huevo con salchichas Lácteo Hid. 89 Prot. 33 Lip. 62 Kcal. 999
LUNES 25 Sopa de cocido Filete de pollo con patatas Fruta Hid. 88 Prot. 43 Lip. 23 Kcal. 728	**MARTES 26** Lentejas estofadas Tortilla de patatas y ensalada Fruta Hid. 104 Prot. 39 Lip. 39 Kcal. 919	**MIERCOLES 27** Crema de verduras Albóndigas en salsa verde Lácteo Hid. 112 Prot. 44 Lip. 25 Kcal. 846	**JUEVES 28** Macarrones con tomate Pescado con ensalada Lácteo Hid. 112 Prot. 50 Lip. 25 Kcal. 868	**VIERNES 29** Paella mixta Escalopines con patatas Fruta Hid. 105 Prot. 45 Lip. 25 Kcal. 827