



COLEGIO SANTISIMA TRINIDAD - SEPTIEMBRE 2020

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

A

Friday
Viernes



Media azúcar: 21 g
Media AGS: 7,9 g
Media sal: 2,9 g

BIENVENIDOS AL CURSO
2020-2021

MIERCOLES 9

Arroz a la cubana
Salchichas con patatas
Lacteo

Hid. 77 Prot. 31 Lip. 52 Kcal. 999

JUEVES 10

Lentejas estofadas
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 84 Prot. 58 Lip. 32 Kcal. 855

VIERNES 11

Macarrones con tomate
Lomo al ajillo
Lacteo

Hid. 111 Prot. 53 Lip. 41 Kcal. 999

LUNES 14

Patatas con carne
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 89 Prot. 48 Lip. 32 Kcal. 847

MARTES 15

Canelones
Filetes rusos con ensalada
Fruta

Hid. 62 Prot. 56 Lip. 38 Kcal. 825

MIERCOLES 16

Pure de legumbre
Tortilla con croquetas
Fruta

Hid. 85 Prot. 42 Lip. 41 Kcal. 873

JUEVES 17

Crema de zanahoria
Pollo asado con ensalada
Fruta

Hid. 61 Prot. 42 Lip. 38 Kcal. 750

VIERNES 18

Paella mixta
Merluza con ensalada
Lacteo

Hid. 70 Prot. 54 Lip. 35 Kcal. 804

LUNES 21

Arroz blanco
Huevos y salchichas
Lacteo

Hid. 77 Prot. 36 Lip. 45 Kcal. 861

MARTES 22

Ensaladilla rusa
Pechuga con cortezas
Lacteo

Hid. 113 Prot. 51 Lip. 37 Kcal. 983

MIERCOLES 23

Lentejas con verduras
varitas de pescado con ensalada
Fruta

Hid. 94 Prot. 38 Lip. 36 Kcal. 856

JUEVES 24

Espaguetis gratinados
Lomo adobado con calabacin
Fruta

Hid. 78 Prot. 41 Lip. 17 Kcal. 632

VIERNES 25

Pure de verduras
Albondigas con verdurita
Fruta

Hid. 86 Prot. 28 Lip. 40 Kcal. 827

LUNES 28

Macarrones
Filete de lomo con ensalada
Lacteo

Hid. 111 Prot. 53 Lip. 41 Kcal. 999

MARTES 29

Crema vichysoise
Tortilla de patatas
Fruta

Hid. 65 Prot. 59 Lip. 43 Kcal. 885

MIERCOLES 30

Pure de legumbre
Pechuga empanada con ensalada
Fruta

Hid. 75 Prot. 53 Lip. 17 Kcal. 661