



SANTISIMA TRINIDAD - DICIEMBRE 2020

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

A

Friday
Viernes



MARTES 1

Alubias pintas con arroz
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 71 Prot. 49 Lip. 26 Kcal. 712

MIÉRCOLES 2

Macarrones
Lomo con calabacín
Lácteo

Hid. 89 Prot. 40 Lip. 50 Kcal. 968

JUEVES 3

Judías verdes rehogadas
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 90 Prot. 52 Lip. 31 Kcal. 847

VIERNES 4

Paella con carne
Tortilla de patata
Fruta

Hid. 93 Prot. 43 Lip. 26 Kcal. 778

LUNES 7

FESTIVO

MARTES 8

FESTIVO

MIÉRCOLES 9

Arroz blanco
Salchichas con patatas
Fruta

Hid. 122 Prot. 30 Lip. 52 Kcal. 999

JUEVES 10

Crema de calabaza
Albóndigas con verduritas
Lácteo

Hid. 94 Prot. 22 Lip. 23 Kcal. 696

VIERNES 11

Macarrones con picadillo
Pechuga de pollo con ensalada
Fruta

Hid. 108 Prot. 25 Lip. 26 Kcal. 773

LUNES 14

Lentejas estofadas
Lomo con patatas
Fruta

Hid. 78 Prot. 27 Lip. 30 Kcal. 705

MARTES 15

Patatas con carne
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 71 Prot. 49 Lip. 26 Kcal. 712

MIÉRCOLES 16

Puré de verduras
Pollo asado con patatas
Fruta

Hid. 118 Prot. 36 Lip. 46 Kcal. 960

JUEVES 17

Espaguetis con tomate
Filetes rusos
Lácteo

Hid. 90 Prot. 27 Lip. 30 Kcal. 958

VIERNES 18

Arroz a la cubana
Huevo, salchichas y patatas
Lácteo

Hid. 122 Prot. 30 Lip. 52 Kcal. 999

LUNES 21

Sopa de cocido
Escalopines con patatas
Fruta

Hid. 82 Prot. 34 Lip. 26 Kcal. 722

MARTES 22

Canelones
Solomillo con calabacín
Postre Especial

Hid. 78 Prot. 58 Lip. 38 Kcal. 889

VACACIONES

Media azúcares: 17 g
Media AGS: 8,5 g
Media sal: 1,5g