



SANTISIMA TRINIDAD - OCTUBRE 2021

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

A

Friday
Viernes



Azúcar: 20,5g
Sal: 1,7g
AGS: 8,2g

VIERNES 1

Crema de calabaza
Hamburguesa con patatas
Fruta

Hid. 83 Prot. 39 Lip. 55 Kcal. 991

LUNES 4

Lentejas estofadas
Filetes rusos con ensalada
Fruta

Hid. 95 Prot. 60 Lip. 61 Kcal. 999

MARTES 5

Arroz blanco
Huevos y salchichas con patatas
Lacteo

Hid. 77 Prot. 24 Lip. 31 Kcal. 691

MIERCOLES 6

Pure de verduras
Pechuga de pollo con patatas
Fruta

Hid. 66 Prot. 42 Lip. 25 Kcal. 657

JUEVES 7

Patatas con ternera
Pescado (cazon) con ensalada
Fruta

Hid. 97 Prot. 56 Lip. 49 Kcal. 999

VIERNES 8

Macarrones boloñesa
Filete de lomo con calabacin
Lacteo

Hid. 64 Prot. 63 Lip. 47 Kcal. 946

LUNES 11

NO LECTIVO

MARTES 12

FESTIVO

MIERCOLES 13

Sopa de cocido
Pollo asado con patatas
Fruta

Hid. 64 Prot. 43 Lip. 33 Kcal. 725

JUEVES 14

Judias verdes
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 58 Prot. 41 Lip. 31 Kcal. 683

VIERNES 15

Paella mixta
Tortilla de patata
Lacteo

Hid. 78 Prot. 38 Lip. 41 Kcal. 839

LUNES 18

Crema de zanahoria
Pechuga de pollo con patatas
Fruta

Hid. 67 Prot. 40 Lip. 24 Kcal. 650

MARTES 19

Coditos con tomate
Salmon con ensalada
Lacteo

Hid. 63 Prot. 45 Lip. 32 Kcal. 726

MIERCOLES 20

Garbanzos guisados
Filetes rusos
Fruta

Hid. 96 Prot. 52 Lip. 36 Kcal. 922

JUEVES 21

Arroz a la cubana
Huevos y salchichas con patatas
Lacteo

Hid. 79 Prot. 25 Lip. 39 Kcal. 772

VIERNES 22

Sopa de cocido
Escalopines ternera con patatas
Fruta

Hid. 64 Prot. 39 Lip. 19 Kcal. 585

LUNES 25

Macarrones con picadillo
Filete de lomo
Lacteo

Hid. 64 Prot. 63 Lip. 52 Kcal. 991

MARTES 26

Alubias blancas
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 97 Prot. 55 Lip. 34 Kcal. 920

MIERCOLES 27

Paella mixta
Tortilla de atun y cortezas
Lacteo

Hid. 67 Prot. 44 Lip. 50 Kcal. 900

JUEVES 28

Menestra de verduras
Pollo asado con patatas
Fruta

Hid. 61 Prot. 45 Lip. 42 Kcal. 804

VIERNES 29

Canelones de atun
Albondigas con verduritas
Fruta

Hid. 94 Prot. 43 Lip. 53 Kcal. 999