

Lunes
Monday

Martes
Tuesday

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes

alcil
restauración

Azúcar: 16.9 g
AGS: 6.9 g
Sal: 1.2 g

BIENVENIDOS AL CURSO
2021/2022

VIERNES 10

Aroz blanco
Salchichas, huevos y patatas
Lácteo

Hid. 103 Prot. 30 Lip. 32 Kcal. 834

LUNES 13

Pure de verduras
Lomo adobado con calabacín
Fruta

Hid. 103 Prot. 30 Lip. 32 Kcal. 834

MARTES 14

Macarrones con picadillo
Pechuga de pollo con patatas
Lácteo

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

MIÉRCOLES 15

Lentejas estofadas
Merluza con ensalada
Fruta

Hid. 88 Prot. 46 Lip. 49 Kcal. 983

JUEVES 16

Paella mixta
Tortilla española
Lácteo

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

VIERNES 17

Ensaladilla con cortezas
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 103 Prot. 27 Lip. 50 Kcal. 970

LUNES 20

Macarrones con tomate
Salchichas de pollo
Lácteo

Hid. 105 Prot. 34 Lip. 31 Kcal. 834

MARTES 21

Pure de legumbre
Escalopin de ternera con patatas
Fruta

Hid. 115 Prot. 44 Lip. 33 Kcal. 929

MIÉRCOLES 22

Arroz blanco
Salchichas, huevos y patatas
Lácteo

Hid. 103 Prot. 30 Lip. 32 Kcal. 834

JUEVES 23

Crema de calabacín
Albondigas con verduras
Fruta

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

VIERNES 24

Patatas con ternera
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 98 Prot. 37 Lip. 22 Kcal. 764

LUNES 27

Sopa minestrone
Pescado con ensalada
Fruta

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

MARTES 28

Canelones de atún
Solomillo con calabacín
Lácteo

Hid. 68 Prot. 27 Lip. 20 Kcal. 598

MIÉRCOLES 29

Garbanzos guisados
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 102 Prot. 25 Lip. 24 Kcal. 736

JUEVES 30

Paella
Tortilla con ensalada
Fruta

Hid. 98 Prot. 37 Lip. 22 Kcal. 764