

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Diciembre 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 Patatas guisadas con verduras Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan	2 Paella de arroz integral con verduras Gratinado de salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan	VE: 3106/743 GT: 19 GS: 4 HC: 98 AZ: 15 PROT: 43 SAL: 2
5 DIA NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 DIA NO LECTIVO	8 FESTIVO	9 DIA NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
12 Lentejas estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	13 Coditos con salsa de tomate Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	14 Sopa juliana Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas dado Fruta de temporada y pan	15 Crema toscana de alubias con dados de jamón y romero Magro en salsa con salteado de verduras Yogur y pan	16 Panaché de verduras Filete de merluza al horno con salsa de tomate Fruta de temporada y pan	VE: 3123/747 GT: 27 GS: 5 HC: 93 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 2
19 Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta de temporada y pan	20 Arroz con calabacín Abadejo a la marinera con panaché de verduras Yogur y pan	21 Sopa de ave con pasta Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	23 VACACIONES DE NAVIDAD	VE: 2468/590 GT: 18 GS: 5 HC: 78 AZ: 18 PROT: 33 SAL: 2
26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD	30 VACACIONES DE NAVIDAD	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0