

MES: Noviembre 2019

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN MARISCO,FS,LEGUMBRES, FRUTAS(fresas, MELOCOTON, MELON),SEMILLA DE GIRASOL, SOJA,HABA,JV,MOSTAZA				1 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de atún con ensalada Yogur y pan Rice with tomato sauce Tuna omelette with salad Yoghurt and bread	5 Sopa de pasta Chuleta de Sajonia con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y leche y pan Pasta soup Kassler with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit & milk and bread	6 Espirales a la boloñesa Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Bolognese spirals Baked haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	7 Puré de verduras Hamburguesa casera con patatas fritas Fruta y pan Vegetables purée Homemade hamburger with french fries Fruit and bread	8 Crema de calabaza Filete de palometa con pisto Fruta y pan Butternut squash cream Pomfret with ratatouille Fruit and bread	VE: 2397/573 GT: 18 GS: 3 HC: 78 AZ: 20 PROT: 31 SAL: 3
11 Crema de calabacín Pollo asado con patatas asadas Yogur y pan Zucchini cream Grilled chicken with baked potatoes Yoghurt and bread	12 Sopa de pasta Filete de ternera con ensalada Fruta y pan Pasta soup Beef steak with salad Fruit and bread	13 Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce & olives Fruit and bread	14 JORNADA RIOJANA Crema de verduras Huevos a la riojana Postre especial y pan Vegetables cream Rioja style eggs Special desserts and bread	15 Macarrones con salsa funghi Lomo al ajillo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y leche y pan Macaroni with funghi sauce Tenderloin with garlic with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit & milk and bread	VE: 2510/601 GT: 18 GS: 4 HC: 78 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2
18 Sopa de picadillo Magro en salsa con patatas fritas Yogur y pan Broth with ham & egg bits Lean pork in sauce with french fries Yoghurt and bread	19 Puré de verduras Caella a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetables purée Andalusian style smooth dogfish with lettuce & tomatoes Fruit and bread	20 Arroz con salsa de tomate Revuelto de champiñones con ensalada Fruta y pan Rice with tomato sauce Scrambled eggs with mushrooms with salad Fruit and bread	21 Brócoli gratinado Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y leche y pan Broccoli au gratin Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit & milk and bread	22 Coditos con salsa de tomate Bacalao a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Battered & fried codfish with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	VE: 2700/646 GT: 21 GS: 4 HC: 79 AZ: 20 PROT: 37 SAL: 2
25 Arroz con pollo al curry Tortilla francesa de queso con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Curry rice with chicken Cheese omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	26 Espaguetis gratinados Rape al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Spaghetti au gratin Baked monkfish with sautéed carrots Fruit and bread	27 Sopa de pasta Filete de ternera con ensalada Fruta y pan Pasta soup Beef steak with salad Fruit and bread	28 Crema de zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y leche y pan Carrot cream Baked chicken with green salad with olives Fruit & milk and bread	29 Puré de verduras Lomo a la plancha con patatas asadas Fruta y pan Vegetables purée Grilled tenderloin with baked potatoes Fruit and bread	VE: 2245/537 GT: 12 GS: 3 HC: 75 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 2