

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Abril 2024

FOMENTO PEÑAMAYOR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1	2 Paella mixta Chuleta de Sajonia con ensalada Yogur	3 Garbanzos estofados Filete de merluza a la romana con mayonesa Fruta	4 Sopa de estrellas Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta	5 Pasta con salsa de tomate Filete de perca a la bilbaína Fruta	VE: 2249/538 GT: 17 GS: 2 HC: 68 AZ: 19 PROT: 30 SAL: 1
8 Espaguetis a la carbonara Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur	9 Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada Fruta	10 Crema de zanahoria y calabaza Pollo asado con patatas Fruta	11 Arroz con salchichas y tomate Lenguado a la andaluza con ensalada Fruta	12 English Week	VE: 2840/680 GT: 27 GS: 6 HC: 78 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 2
15 Arroz con costillas Pescado al horno con patatas al vapor Fruta	16 Fabada asturiana Gratén de huevos con tomate Fruta	17 Macarrones con boloñesa de atún con salsa de tomate Albóndigas con patatas dado Yogur	18 Sopa de cocido Cocido completo Fruta	19 Salteado de guisantes con jamón Lomo asado con patatas fritas Helado	VE: 2908/696 GT: 29 GS: 8 HC: 76 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 1
22 Macarrones al queso Merluza a la romana con mayonesa Fruta	23 Judías verdes con refrito con jamón Lomo adobado con patatas Yogur	24 Lentejas estofadas con verduras Tortilla española con ensalada Fruta	25 Paella marinera Pollo asado con ensalada Fruta	26 Crema de verduras Croquetas y empanadillas con ensalada Yogur	VE: 2329/557 GT: 20 GS: 5 HC: 65 AZ: 19 PROT: 28 SAL: 1
29 Alubias pintas estofadas con arroz Guiso de ternera con patatas Fruta	30 Canelones de atún Filete de palometa a la romana con ensalada Yogur				VE: 2898/693 GT: 31 GS: 5 HC: 70 AZ: 16 PROT: 35 SAL: 1