

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO	5 NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten)	11 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten)	12 Pasta (sin gluten) con boloñesa de chorizo Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	13 Salteado de guisantes con jamón Bacalao al horno con pimientos Postre lácteo y pan (sin gluten)	14 Judías verdes salteadas Filete de perca en salsa verde con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2519/603 GT: 21 GS: 3 HC: 75 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 2
17 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	18 Patatas a la riojana Filete de merluza al horno con guisantes Postre lácteo y pan (sin gluten)	19 Sopa de estrellas (sin gluten) Albóndigas en salsa con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	20 Potaje de garbanzos Estofado de ternera con patatas dado Postre lácteo y pan (sin gluten)	21 Crema de zanahoria Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2910/696 GT: 32 GS: 8 HC: 78 AZ: 25 PROT: 28 SAL: 2
24 Crema de calabacín Lomo a la plancha con champiñones Fruta y pan (sin gluten)	25 Verduras salteadas Filete de merluza al horno con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten)	26 Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york y queso con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	27 Pasta (sin gluten) boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Postre lácteo y pan (sin gluten)	28 Alubias estofadas con verduras Huevos con tomate con atún Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2470/591 GT: 25 GS: 5 HC: 67 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
31 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan (sin gluten)					VE: 2115/506 GT: 18 GS: 5 HC: 78 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 2

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 MENÚ NO QUESO	4 NO LECTIVO	5 NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	11 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan	12 Coditos con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	13 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con pimientos Postre lácteo y pan	14 Lentejas estofadas con verduras Filete de perca en salsa verde con ensalada Fruta y pan	VE: 3207/767 GT: 22 GS: 3 HC: 105 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 3
17 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	18 Patatas a la riojana Filete de merluza al horno con guisantes Postre lácteo y pan	19 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con ensalada Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Estofado de ternera con patatas dado Postre lácteo y pan	21 Crema de zanahoria Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3216/769 GT: 30 GS: 7 HC: 95 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 3
24 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada con champiñones Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con chorizo Merluza a la romana con ensalada Postre lácteo y pan	26 Menestra de verduras salteadas Rape al horno con tomate al horno Fruta y pan	27 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Postre lácteo y pan	28 Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan	VE: 3199/765 GT: 23 GS: 4 HC: 99 AZ: 26 PROT: 42 SAL: 2
31 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan				MENÚ ENERO NO QUESO	VE: 2420/579 GT: 16 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO	5 NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	11 Menestra de verdura salteada con jamón Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan	12 Coditos con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	13 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con pimientos Postre lácteo y pan	14 Crema de verduras Filete de perca en salsa verde con ensalada Fruta y pan	VE: 2852/682 GT: 21 GS: 3 HC: 92 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 2
17 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	18 Patatas a la riojana Filete de merluza al horno con guisantes Postre lácteo y pan	19 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con ensalada Fruta y pan	20 Espaguetis a la boloñesa Estofado de ternera con patatas dado Postre lácteo y pan	21 Crema de zanahoria Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3209/768 GT: 30 GS: 7 HC: 97 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 2
24 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada con champiñones Fruta y pan	25 Verduras salteadas Merluza a la romana con ensalada Postre lácteo y pan	26 Menestra de verduras salteadas Libritos de jamón y queso con ensalada Fruta y pan	27 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Postre lácteo y pan	28 Coliflor salteada Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan	VE: 2914/697 GT: 27 GS: 4 HC: 82 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2
31 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan					VE: 2420/579 GT: 16 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO	5 NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	11 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan	12 Coditos con boloñesa de chorizo Costillas asadas con salsa barbacoa Fruta y pan	13 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con pimientos Postre lácteo y pan	14 Lentejas estofadas con verduras Huevos con tomate con ensalada Fruta y pan	VE: 3256/779 GT: 24 GS: 5 HC: 104 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 3
17 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	18 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con pimientos Postre lácteo y pan	19 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con ensalada Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Estofado de ternera con patatas dado Postre lácteo y pan	21 Crema de zanahoria Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3065/733 GT: 27 GS: 6 HC: 94 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 3
24 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada con champiñones Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con chorizo Pechuga de pollo a la plancha con champiñones Postre lácteo y pan	26 Menestra de verduras salteadas Libritos de jamón y queso con ensalada Fruta y pan	27 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Postre lácteo y pan	28 Alubias estofadas con verduras Huevos con tomate con ensalada Fruta y pan	VE: 3003/718 GT: 21 GS: 3 HC: 98 AZ: 27 PROT: 37 SAL: 2
31 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan					VE: 2420/579 GT: 16 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO	5 NO LECTIVO	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	11 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan	12 Coditos con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	13 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con pimientos Fruta y pan	14 Lentejas estofadas con verduras Filete de perca en salsa verde con ensalada Fruta y pan	VE: 3132/749 GT: 20 GS: 3 HC: 107 AZ: 29 PROT: 37 SAL: 3
17 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	18 Patatas a la riojana Filete de merluza al horno con guisantes Fruta y pan	19 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con ensalada Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan	21 Crema de zanahoria Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3141/751 GT: 28 GS: 6 HC: 97 AZ: 27 PROT: 31 SAL: 3
24 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada con champiñones Fruta y pan	25 Lentejas estofadas con chorizo Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	26 Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york con ensalada Fruta y pan	27 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan	28 Alubias estofadas con verduras Bacalao al horno Fruta y pan	VE: 3050/730 GT: 21 GS: 3 HC: 99 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 2
31 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan					VE: 2420/579 GT: 16 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2