

MES: Septiembre 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Pasta (sin gluten) con tomate Lomo de caella al horno Helado y pan (sin gluten)	9 Menestra de verduras salteadas Filete de merluza al horno con tomate al horno Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2986/714 GT: 22 GS: 7 HC: 89 AZ: 28 PROT: 42 SAL: 1
12 Arroz blanco con tomate Estofado de pavo con verduras Fruta y pan (sin gluten)	13 Patatas estofadas con calamares Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan integral	14 Garbanzos estofados Pescado fresco con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten)	15 Menestra de verduras salteadas Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	16 Judías verdes salteadas Bacalao con tomate con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2711/648 GT: 19 GS: 4 HC: 96 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2
19 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten)	20 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan (sin gluten)	21 Salteado de espinacas con patatas Costillas asadas Postre lácteo y pan (sin gluten)	22 Salteado de guisantes con jamón Bacalao al horno con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	23 Repollo salteado Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2790/667 GT: 22 GS: 5 HC: 85 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
26 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	27 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta y pan (sin gluten)	28 Ensaladilla rusa Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan (sin gluten)	29 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	30 Crema de zanahoria Filete de merluza a la plancha con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3092/740 GT: 27 GS: 8 HC: 94 AZ: 28 PROT: 33 SAL: 2

MES: Septiembre 2022

COLEGIO: FOMENTO TORREVELO - PEÑALABRA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Lomo de caella al horno con calabacín salteado Fruta y pan integral	9 Menestra de verduras salteadas Filete de merluza al horno con tomate al horno Fruta y pan	VE: 2476/592 GT: 9 GS: 1 HC: 93 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 1
12 Arroz blanco con tomate Estofado de pavo con verduras Fruta y pan	13 Patatas estofadas con calamares Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan integral	14 Garbanzos estofados Pescado fresco con ensalada Fruta y pan	15 Sopa de estrellas Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan integral	16 Judías verdes salteadas Bacalao con tomate con pimientos Fruta y pan	VE: 2583/618 GT: 14 GS: 2 HC: 98 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
19 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	20 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	21 Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	22 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	23 Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 2986/714 GT: 16 GS: 2 HC: 106 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 1
26 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	27 Patatas a la riojana Filete de merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral	28 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan	29 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	30 Crema de zanahoria Filete de merluza a la plancha con ensalada Fruta y pan	VE: 3081/737 GT: 24 GS: 5 HC: 98 AZ: 29 PROT: 34 SAL: 2

MES: Septiembre 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Helado y pan integral	9 Menestra de verduras salteadas Tortilla de patatas con champiñones Fruta y pan	VE: 2917/698 GT: 21 GS: 5 HC: 97 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 2
12 Arroz blanco con tomate Estofado de pavo con verduras Fruta y pan	13 Espinacas salteadas Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan integral	14 Garbanzos estofados Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan	15 Sopa de estrellas Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan integral	16 Judías verdes salteadas Huevos fritos con patatas fritas Fruta y pan	VE: 2590/620 GT: 16 GS: 3 HC: 94 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2
19 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	20 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	21 Macarrones con boloñesa de chorizo Costillas asadas con salsa barbacoa Postre lácteo y pan	22 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	23 Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos Fruta y pan	VE: 3126/748 GT: 21 GS: 4 HC: 104 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 2
26 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	27 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta y pan integral	28 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan	29 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	30 Crema de zanahoria Huevos fritos con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3207/767 GT: 27 GS: 7 HC: 97 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Septiembre 2022

COLEGIO: FOMENTO TORREVELO - PEÑALABRA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 NO LECTIVO	2 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 NO LECTIVO	6 NO LECTIVO	7 NO LECTIVO	8 Coditos con salsa de tomate Empanadillas de atún con ensalada Helado y pan integral	9 Menestra de verduras salteadas Filete de merluza al horno con tomate al horno Fruta y pan	VE: 3245/776 GT: 28 GS: 6 HC: 102 AZ: 25 PROT: 28 SAL: 1
12 Arroz blanco con tomate Estofado de pavo con verduras Fruta y pan	13 Patatas estofadas con calamares Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan integral	14 Garbanzos estofados Pescado fresco con ensalada Postre lácteo y pan	15 Sopa de estrellas Hamburguesa al horno con ensalada Fruta y pan integral	16 Judías verdes salteadas Bacalao con tomate con pimientos Fruta y pan	VE: 2620/627 GT: 15 GS: 2 HC: 97 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2
19 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan	20 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	21 Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada Postre lácteo y pan	22 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	23 Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 3023/723 GT: 17 GS: 2 HC: 105 AZ: 27 PROT: 40 SAL: 2
26 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada Fruta y pan	27 Patatas a la riojana Filete de merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral	28 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan	29 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	30 Crema de zanahoria Filete de merluza a la plancha con ensalada Fruta y pan	VE: 3119/746 GT: 25 GS: 6 HC: 97 AZ: 28 PROT: 35 SAL: 2