

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: VIRGEN DE LA PAZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>Sopa minestrone Albóndigas a la jardinera con patatas dado Yogur y pan (* ^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>4</p> <p>Macarrones con boloñesa de chorizo Tortilla de calabacín con ensalada de tomate con orégano Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Crema de verduras Ventresca de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (* ^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>6</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Arroz y Fruta (* ^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>^{1º} Patatas ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>8</p> <p>^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Fruta ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 3091/739 GT: 25 GS: 5 HC: 101 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 3</p>
<p>9</p> <p>Patatas estofadas a la marinera Pollo asado con ensalada Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras con picatostes Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Espirales con tomate Filete de lenguadina a la romana con patatas fritas Fruta y pan integral (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>Paella de pollo Revuelto de patatas, jamón y champiñones con ensalada de lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Fruta ^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>^{1º} Arroz ^{2º} Carne con Verdura y Fruta ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 3643/871 GT: 35 GS: 6 HC: 105 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos Yogur y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>17</p> <p>Salteado de judías verdes con jamón york Chuleta a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (* ^{1º} Pasta ^{2º} Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>Patatas estofadas con magro Rape en salsa verde con champiñones salteados Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Arroz tres delicias Jamoncitos de pollo en pepitoria con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>20</p> <p style="text-align: center;">COMIDA ESPECIAL</p> <p>(* ^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Patatas y Lácteos ^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>22</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Legumbres y Lácteos ^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 2971/711 GT: 15 GS: 6 HC: 102 AZ: 25 PROT: 43 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>24</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>25</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>26</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Fruta (* ^{1º} Arroz ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>27</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta (* ^{1º} Pasta ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>^{1º} Patatas ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>29</p> <p>^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>30</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>31</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Lácteos</p>			<p>LOS DÍAS DE LECHE SE DARÁ FRUTA COMO ACOMPAÑAMIENTO. Y LOS DÍAS DE YOGUR SE DARÁ FRUTA COMO ACOMPAÑAMIENTO.</p>			<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses