MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Enero 2021

COLEGIO: SANTA ANA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
				1 **VACACIONES DE NAVIDAD**	2	3	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 **VACACIONES DE NAVIDAD** *1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos* *(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta*	5 **VACACIONES DE NAVIDAD** *1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos* *(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta*	6 **VACACIONES DE NAVIDAD** *1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos* *(*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta*	7 **VACACIONES DE NAVIDAD** *1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta* *(*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos*	8 Arroz tres delicias Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta*	9 *1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta* *1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos*	10 *1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta* *1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta*	VE: 3649/873 GT: 34 GS: 6 HC: 113 AZ: 10 PROT: 22 SAL: 2
11 Lentejas estofadas con verduras Lomo adobado con patatas dado Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos*	12 Arroz con salsa de tomate Salchichas al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta*	13 Sopa de estrellas Albóndigas a la jardinera Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta*	14 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan *(*) 1º Patatas 2º Carne con Arroz y Lácteos*	15 Macarrones al ajillo Abadejo al horno con menestra de verduras salteadas Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta*	16 *1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos* *1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta*	17 *1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta* *1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos*	VE: 3171/759 GT: 27 GS: 7 HC: 100 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 3
18 Paella de verduras Hamburguesa al horno con ensalada de tomate Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta*	19 Patatas estofadas con carne Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos*	20 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas dado Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos*	21 Espaguetis con salsa de tomate Filete de merluza al horno con judías verdes salteadas Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos*	22 Alubias guisadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos*	23 *1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos* *1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta*	24 *1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos* *1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta*	VE: 3190/763 GT: 28 GS: 5 HC: 99 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 3
25 Crema de calabaza San Marino (merluza, jamón york y queso) con salteado de verduras Fruta y pan *(*) 1º Patatas 2º Carne con Arroz y Lácteos*	26 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta*	27 Paella mixta Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de tomate Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos*	28 Macarrones con salsa de tomate Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan *(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta*	29 Cocido de garbanzos Lomo adobado con patatas dado Yogur y pan *(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta*	30 *1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta* *1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos*	31 *1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos* *1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta*	VE: 3579/856 GT: 32 GS: 5 HC: 111 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 4

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES