

MES: Enero 2021

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 VACACIONES	5 VACACIONES	6 VACACIONES	7 VACACIONES	8 Arroz a la napolitana Filete de merluza a la plancha con zanahorias baby Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2387/571 GT: 13 GS: 5 HC: 82 AZ: 10 PROT: 33 SAL: 3
11 Lentejas estofadas (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo, morcilla) Salchichas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (sin gluten)	12 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	13 Sopa de fideos Pechuga de pollo al horno con verduras Fruta y pan (sin gluten)	14 Potaje de garbanzos Bacalao al horno con guisantes Fruta y pan (sin gluten)	15 Espirales al pomodoro Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2809/672 GT: 28 GS: 7 HC: 75 AZ: 20 PROT: 32 SAL: 3
18 Crema de calabaza Estofado de cerdo con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	19 Espaguetis con salsa de tomate Pollo en salsa con judías salteadas Yogur y pan (sin gluten)	20 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	21 Macarrones salteados Lomo en salsa con ensalada de lechuga y tomate Postre especial y pan (sin gluten)	22 Arroz marinera Hamburguesa al horno con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2842/680 GT: 20 GS: 6 HC: 84 AZ: 19 PROT: 44 SAL: 2
25 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	26 Espaguetis con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	27 Crema de calabacín Filete de pavo en salsa con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten)	28 Cocido andaluz con chorizo Jamoncitos de pollo al ajillo con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (sin gluten)	29 Arroz a la milanesa Bacalao con tomate con zanahorias salteadas Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2821/675 GT: 25 GS: 6 HC: 84 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 2