

MES: Octubre 2021

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 Sopa de fideos Filete de merluza al horno con zanahorias baby Yogur y pan (sin gluten)	VE: 1659/397 GT: 13 GS: 5 HC: 41 AZ: 10 PROT: 29 SAL: 4
4 Lentejas a la riojana Pechuga de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	5 Arroz a la milanesa Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	6 Gazpacho Lomo asado en salsa con verduras Fruta y pan (sin gluten)	7 Crema de zanahoria Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	8 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con judías salteadas Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2754/659 GT: 23 GS: 5 HC: 85 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 3
11 Crema de calabaza Lomo adobado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	12 FESTIVO	13 Sopa de fideos Pollo en salsa con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten)	14 Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (sin gluten)	15 Arroz a la cubana Salchichas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2971/711 GT: 29 GS: 7 HC: 80 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 3
18 Lentejas estofadas (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo, morcilla) Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (sin gluten)	19 Crema de calabacín Albóndigas en salsa con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	20 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	21 Sopa de picadillo Jamoncitos de pollo al limón con judías verdes salteadas Fruta y pan (sin gluten)	22 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con zanahorias baby Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2939/703 GT: 28 GS: 7 HC: 80 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 3
25 Arroz con salsa de tomate Pollo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	26 Cocido andaluz con chorizo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	27 Crema de zanahoria Estofado a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	28 Macarrones al pomodoro Bacalao al pil pil con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten)	29 Sopa de fideos Lomo en salsa con judías verdes salteadas Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2553/611 GT: 17 GS: 5 HC: 82 AZ: 19 PROT: 35 SAL: 2