

MES: Enero 2022

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 VACACIONES	4 VACACIONES	5 VACACIONES	6 VACACIONES	7 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 Lentejas a la riojana Pavo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	11 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con guisantes Yogur y pan (sin gluten)	12 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (sin gluten)	13 Potaje de garbanzos Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	14 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2527/605 GT: 21 GS: 6 HC: 72 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 2
17 Crema de calabaza Estofado de cerdo con patatas dólar Fruta y pan (sin gluten)	18 Macarrones con salsa de tomate Pollo en salsa con judías verdes salteadas Yogur y pan (sin gluten)	19 Alubias guisadas Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	20 Sopa de cocido Lomo en salsa con verduras Fruta y pan (sin gluten)	21 Arroz tres delicias Tortilla de patatas con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2822/675 GT: 24 GS: 5 HC: 79 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 2
24 Lentejas a la campesina Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	25 Macarrones con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	26 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al ajillo con verduras Fruta y pan (sin gluten)	27 Garbanzos estofados Filete de pavo en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	28 Paella Bacalao al horno con patatas al vapor Yogur y pan (sin gluten)	VE: 2881/689 GT: 26 GS: 5 HC: 84 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 3
31 Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Pollo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)					VE: 2144/513 GT: 13 GS: 3 HC: 66 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 1