

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 Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	11 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con guisantes Yogur y pan	12 Sopa de estrellas Jamoncitos de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	13 Potaje de garbanzos Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan	14 Espirales salteados Filete de merluza en salsa verde con patatas fritas Yogur y pan	VE: 2945/705 GT: 21 GS: 5 HC: 93 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 3
17 Crema de calabaza Estofado de cerdo con patatas dólar Fruta y pan	18 Macarrones salteados Pollo empanado con judías verdes salteadas Yogur y pan	19 Alubias guisadas Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	20 Sopa de cocido Lomo en salsa con verduras Fruta y pan	21 Arroz tres delicias Tortilla de patatas con ensalada Yogur y pan	VE: 3147/753 GT: 22 GS: 4 HC: 100 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 3
24 Lentejas a la campesina Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	25 Tallarines salteados Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan	26 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al ajillo con verduras Fruta y pan	27 Garbanzos estofados Croquetas de jamón con ensalada Fruta y pan	28 Paella Bacalao al horno con patatas al vapor Yogur y pan	VE: 3362/804 GT: 30 GS: 5 HC: 102 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 3
31 Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan					VE: 3152/754 GT: 31 GS: 4 HC: 106 AZ: 31 PROT: 16 SAL: 3