

MES: Enero 2022

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|--|---|---|--|---|--|
| 3<br><b>VACACIONES</b>   | 4<br><b>VACACIONES</b>  | 5<br><b>VACACIONES</b>  | 6<br><b>VACACIONES</b>   | 7<br><b>VACACIONES</b>  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |
| 10<br>Lentejas a la riojana<br>Flamenquines con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan                            | 11<br>Crema de zanahoria<br>Albóndigas en salsa con guisantes<br>Yogur y pan                      | 12<br>Sopa de estrellas<br>Jamoncitos de pollo al horno con menestra de verduras salteadas<br>Fruta y pan | 13<br>Potaje de garbanzos<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan       | 14<br>Espirales con tomate<br>Lomo en salsa con patatas fritas<br>Yogur y pan                                       | VE: 3103/742<br>GT: 25<br>GS: 6<br>HC: 95<br>AZ: 22<br>PROT: 36<br>SAL: 3  |
| 17<br>Crema de calabaza<br>Estofado de cerdo con patatas dólar<br>Fruta y pan  | 18<br>Macarrones con salsa de tomate<br>Pollo empanado con judías verdes salteadas<br>Yogur y pan | 19<br>Alubias guisadas<br>Pavo en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan                     | 20<br>Sopa de cocido<br>Lomo en salsa con verduras<br>Fruta y pan                                    | 21<br>Arroz con verduras<br>Tortilla de patatas con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria)<br>Yogur y pan | VE: 3037/726<br>GT: 20<br>GS: 4<br>HC: 101<br>AZ: 25<br>PROT: 38<br>SAL: 2 |
| 24<br>Lentejas a la campesina<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan                | 25<br>Tallarines con salsa de tomate<br>Hamburguesa al horno con patatas fritas<br>Yogur y pan    | 26<br>Crema de calabacín<br>Jamoncitos de pollo al ajillo con verduras<br>Fruta y pan                     | 27<br>Garbanzos estofados<br>Filete de pavo en salsa con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan | 28<br>Arroz salteado<br>Lomo en salsa con patatas al vapor<br>Yogur y pan   | VE: 2897/693<br>GT: 19<br>GS: 4<br>HC: 99<br>AZ: 20<br>PROT: 33<br>SAL: 3  |
| 31<br>Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín)<br>San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan |   |   |  |   | VE: 3152/754<br>GT: 31<br>GS: 4<br>HC: 106<br>AZ: 31<br>PROT: 16<br>SAL: 3 |