

MES: Noviembre 2022

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
	1 <b>FESTIVO</b>	2 Sopa de ave con pasta Pollo asado con patatas fritas Fruta de temporada y pan	3 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan	4 Crema de verduras Hamburguesa al horno con arroz pilaf Fruta de temporada y pan	VE: 2634/630 GT: 17 GS: 4 HC: 86 AZ: 17 PROT: 35 SAL: 1
7 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Lomo en salsa con guisantes Fruta de temporada y pan	8 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Yogur y pan	9 Espaguetis a la napolitana Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	10 Alubias estofadas con chorizo Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y brotes de soja Yogur y pan	11 Arroz con salsa de tomate Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	VE: 3085/738 GT: 22 GS: 6 HC: 99 AZ: 18 PROT: 36 SAL: 2
14 Tallarines a la napolitana Lomo adobado con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	15 Crema de verduras Nuggets de pollo con arroz pilaf Yogur y pan	16 Sopa de ave con pasta Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta de temporada y pan	17 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	18 Arroz tres delicias Filete de pavo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	VE: 3106/743 GT: 22 GS: 4 HC: 101 AZ: 18 PROT: 34 SAL: 2
21 Sopa de ave con pasta Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan	22 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	23 Macarrones con salsa de tomate Nuggets de pollo con guisantes Fruta de temporada y pan	24 Guiso de alubias con verduras (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	25 Crema de verduras Pechuga de pavo al horno con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan	VE: 2751/658 GT: 20 GS: 4 HC: 90 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 2
28 Coditos con salsa de tomate Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	29 Garbanzos estofados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	30 Sopa de ave con pasta Pollo asado al limón con patatas fritas Fruta de temporada y pan			VE: 2989/715 GT: 22 GS: 4 HC: 94 AZ: 17 PROT: 34 SAL: 1