

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Octubre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
	<b>1</b>  Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan	<b>2</b>  Macarrones con chorizo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	<b>3</b>  Alubias estofadas con verduras Albóndigas de merluza Yogur y pan	<b>4</b>  Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Salchichas frescas con arroz salteado Fruta y pan	VE: 3076/736 GT: 21 GS: 6 HC: 103 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2
<b>7</b>  Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>8</b>  Salteado de judías verdes con patatas con zanahoria y calabacín Pollo asado al romero Yogur y pan	<b>9</b>  Garbanzos estofados Limanda al horno Fruta y pan	<b>10</b>  Crema de verduras Lomo al ajillo con patatas dado Yogur y pan	<b>11</b>  Paella de verduras Filete de merluza al horno Fruta y pan	VE: 2962/708 GT: 20 GS: 4 HC: 99 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 1
<b>14</b>  Menestra de verduras salteadas Albóndigas en salsa Fruta y pan	<b>15</b>  Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga Yogur y pan	<b>16</b>  Coditos gratinados Revuelto de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	<b>17</b>  Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan	<b>18</b>  Gratén de coliflor con bechamel Atún con tomate Fruta y pan	VE: 3209/768 GT: 26 GS: 7 HC: 92 AZ: 24 PROT: 43 SAL: 2
<b>21</b>  Sopa minestrone Magro en salsa con arroz salteado Fruta y pan	<b>22</b>  Espirales a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	<b>23</b>  Garbanzos estofados Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>24</b>  Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo Yogur y pan	<b>25</b>  Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza a la andaluza Fruta y pan	VE: 3099/741 GT: 20 GS: 4 HC: 105 AZ: 20 PROT: 37 SAL: 1
<b>28</b>  Sopa de pescado con pasta Pollo a la barbacoa Fruta y pan	<b>29</b>  Arroz tres delicias Fish and chips Yogur y pan	<b>30</b>  Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	<b>31</b>  <b>NO LECTIVO</b>		VE: 2955/707 GT: 29 GS: 3 HC: 99 AZ: 22 PROT: 29 SAL: 2