

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Diciembre 2021

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Arroz con verduras Huevos con tomate con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan	2 Potaje de garbanzos Varitas de pescado Yogur y pan integral	3 Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con ensalada Fruta de temporada y pan	VE: 3073/735 GT: 26 GS: 7 HC: 98 AZ: 20 PROT: 32 SAL: 3
6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO	9 Menestra de verduras salteadas Chuleta de Sajonia con patatas al vapor Flan y pan integral	10 Alubias estofadas con verduras Merluza a la romana con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan	VE: 2971/711 GT: 24 GS: 3 HC: 90 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 2
13 Arroz con salchichas Libritos de jamón y queso con ensalada Fruta de temporada y pan	14 Judías verdes salteadas Estofado de ternera con patata Yogur y pan	15 Garbanzos estofados con verduras Filete de perca al horno con salsa de tomate Fruta de temporada y pan	16 Patatas estofadas con calamares Hamburguesa de ternera con ensalada Yogur y pan integral	17 Sopa de fideos Tortilla de patatas con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan	VE: 2746/657 GT: 21 GS: 3 HC: 95 AZ: 18 PROT: 31 SAL: 3
20 Puré de zanahoria Chuleta de Sajonia con patatas al vapor Fruta de temporada y pan	21 Alubias pintas estofadas con verduras Gratinado de salmón al horno con patatas panaderas Yogur y pan	22 Coliflor salteada Pollo asado con patatas dado Fruta de temporada y pan	23 MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD	24 VACACIONES	VE: 2778/665 GT: 21 GS: 3 HC: 83 AZ: 18 PROT: 40 SAL: 2
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	31 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0