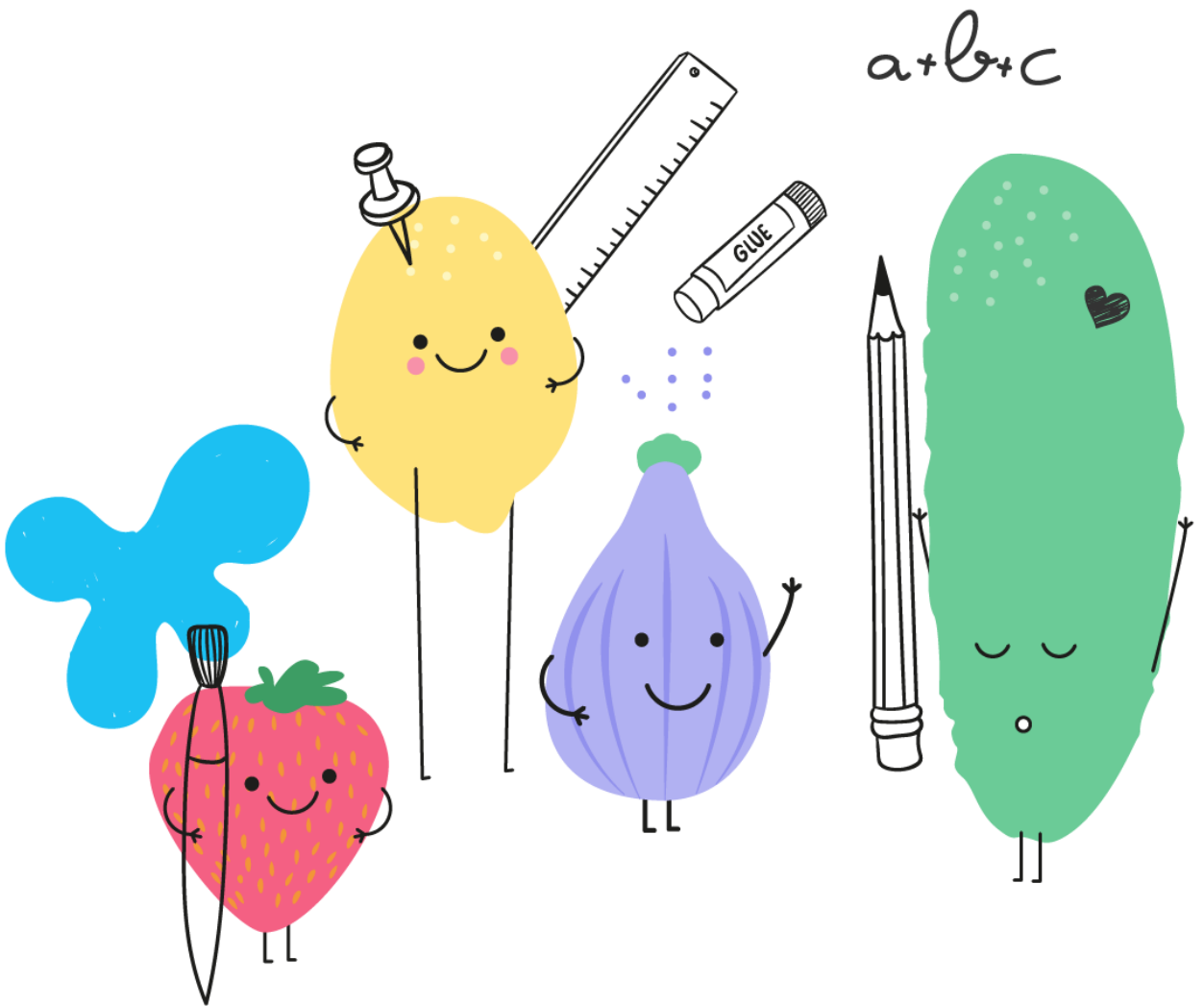




LA HUERTA AL CÔLE





C.C. MADRES MERCEDARIAS

SEPTIEMBRE 2017

LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08	VALORES NUTRICIONALES
No lectivo	No lectivo	No lectivo	No lectivo	No lectivo	
SUGERENCIA CENA:	SUGERENCIA CENA:	SUGERENCIA CENA:	SUGERENCIA CENA:	SUGERENCIA CENA:	
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	VALORES NUTRICIONALES
Espaguetis Merluza con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo	Guiso de cazón Fiambre de pavo con ensalada Pan Blanco Fruta y lácteo	Sopa con fideos Ternera en salsa con patatas fritas Pan Blanco Fruta del tiempo	Potaje Magra con tomate Ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo Lácteo	Arroz con magra y costillejas Ensalada con jamón serrano Pan integral Fruta del tiempo	Kcal: 666,71 Hidratos (g): 55,02 Lípidos (g): 31,15 Proteínas (g): 13,47
SUGERENCIA CENA: Sopa con fideos	SUGERENCIA CENA: Lomo a la plancha	SUGERENCIA CENA: Boquerones en vinagre con tomate	SUGERENCIA CENA: Sopa de pescado Pizza de verduras	SUGERENCIA CENA: Ternera con ensalada	
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	VALORES NUTRICIONALES
Guiso de verduras Pechuga de pollo empanada con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo	Cocido Tortilla de jamón york con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo	Guiso de pavo con albóndigas Queso fresco y atún con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo	Sopa de verduras Pollo rustido con patatas fritas Pan Blanco Fruta del tiempo Lácteo	FIESTA DE COMEDOR	Kcal: 672,52 Hidratos (g): 56,02 Lípidos (g): 30,99 Proteínas (g): 13,25
SUGERENCIA CENA: Calamares con ensalada	SUGERENCIA CENA: Verduras asadas	SUGERENCIA CENA: Pescado al horno	SUGERENCIA CENA: Arroz tres delicias	SUGERENCIA CENA: Pizza casera	
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	VALORES NUTRICIONALES
Lasaña Fletán con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo	Lentejas con chorizo Ensalada con queso fresco Pan Blanco Fruta del tiempo	Estofado de magra Tortilla de atún con ensalada Pan Blanco Fruta del tiempo Lácteo	Guiso de pescado Hamburguesa con ensalada Pan Blanco y Fruta	Arroz a la cubana con huevo Salchichas con ensalada Pan integral y Fruta	Kcal: 672,5 Hidratos (g): 55,04 Lípidos (g): 30,84 Proteínas (g): 13,02
SUGERENCIA CENA: Revuelto de brocolí	SUGERENCIA CENA: Crema de calabaza	SUGERENCIA CENA: Salmón al horno	SUGERENCIA CENA: Revuelto de jamón, espárragos y gambas	SUGERENCIA CENA: Pescado al horno	