

Colegio Santa María Assumpta

Mes: FEBRERO 2019

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
HC		HC		HC		HC		HC	1
Proteínas		Proteínas		Proteínas		Proteínas		94,4	MACARRONES CON SALSA BOLOÑESA
Grasas		Grasas		Grasas		Grasas		24,1	CROQUETAS CASERAS
Calorías		Calorías		Calorías		Calorías		15,3	LÁCTEO PAN
								678	
	4		5		6		7		8
HC	PATATAS GUIADAS CON CARNE	HC	CREMA DE VERDURAS	HC	SOPA DE LLUVÍA	HC	LENTEJAS CON CHORIZO	HC	ARROZ CON TOMATE
152		46,7		76,7		104		98,4	
Proteínas	VARITAS MERLUZA CON ENSALADA	Proteínas	ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS	Proteínas	CINTA DE LOMO EN SU JUGO CON ENSALADA	Proteínas	ABADEJO EN SALSA VERDE CON ENSALADA LECHUGA	Proteínas	SALCHICHAS FRANFURT
46,4		48,2		22,8		25,6		32,6	
Grasas	FRUTA PAN	Grasas	LÁCTEO PAN	Grasa	FRUTA PAN	Grasas	FRUTA PAN	Grasas	LÁCTEO PAN
15,3		38,3		8,2		24,2		26,3	
Calorías		Calorías		Calorías		Calorías		Calorías	
948		56,7		460		743		772	
	11		12		13		14		15
HC	CREMA DE VERDURAS	HC	SOPA DE LLUVIA	HC	COCIDO COMPLETO	HC	PATATAS GUIADAS CON COSTILLA	HC	PAELLA DE VERDURAS
80,3		89,8		24,3		56,1		153	
Proteínas	TORTILLA ESPAÑOLA CON LECHUGA	Proteínas	CROQUETAS CASERAS CON ENSALADA	Proteínas	FRUTA PAN	Proteínas	LENGUADO AL HORNO CON LECHUGA	Proteínas	NUGGETTS DE POLLO CON ENSALADA
26		26		26		29,6		48,5	
Grasas	FRUTA PAN	Grasas	LÁCTEO PAN	Grasas		13,6		17,3	
19,7		19,6		77,8		Calorías		Calorías	
Calorías		Calorías		Calorías		448		950	
617		668		641					
	18		19		20		21		22
HC	SOPA DE ESTRELLITA	HC	CODITOS CON SALSA DE TOMATE	HC	LENTEJAS CON CHORIZO	HC	ARROZ CON TOMATE	HC	ESPAGUETIS CON TOMATE
162		94,4		104		98,4		165	
Proteínas	CROQUETAS CASERAS	Proteínas	SALCHICHAS FRESCAS CON PATATAS	Proteínas	TORTILLA ESPAÑOLA CON LECHUGA	Proteínas	EMPANADILLAS DE ATÚN CON ZANAHORIA	Proteínas	MAGRO DE CERDO EN SU JUGO
41		24,1		25,3		33,5		41	
Grasas	FRUTA PAN	Grasas	LÁCTEO PAN	Grasas	FRUTA PAN	Grasas	FRUTA PAN	Grasas	LÁCTEO PAN
13,5		15,3		25,6		26,5		13	
Calorías		Calorías		Calorías		Calorías		Calorías	
974		678		741		778		975	
	25		26		27		28		
HC	ARROZ DE TOMATE	HC	SOPA DE AVÉ CON FIDEOS	HC	COCIDO COMPLETO	HC	CREMA DE VERDURAS	HC	
98,4		89,7		24,3		48,5			
Proteínas	JAMONCITOS POLLO CON LECHUGA	Proteína	EMPANADILLAS DE ATÚN	Proteína	FRUTA	Proteína	HAMBURGUESA DE TERNERA	Proteína	
30,4		28		26		47,3			
Grasas	FRUTA	Grasas	CON ZANAHORIA	Grasas	PAN	Grasas	CON PATATAS	Grasas	
31,1		17,5		77,8		33,5			
Calorías	PAN	Calorías	LÁCTEO / PAN	Caloría		Calorías	FRUTA / PAN	Calorías	
543		660		641		543			



Otros servicios



Lunes: leche, cacao, cereales, fruta y zumo.

Martes: leche, cacao, tostadas, fruta y zumo.

Miércoles: leche, cacao, bizcochada, fruta y zumo.

Jueves: leche, cacao, tostadas, fruta y zumo.

Viernes: leche, cacao, yogurt, fruta y zumo.

