

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Septiembre 2021

COLEGIO: GINER DE LOS RIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 VACACIONES	2 VACACIONES	3 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 VACACIONES	7 VACACIONES	8 VACACIONES	9 VACACIONES	10 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
13 Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	14 Ensalada de pasta Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	15 Puré de verduras Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan	16 Sopa de fideos Lomo asado en salsa con zanahorias baby Fruta y pan	17 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con judías salteadas Yogur y pan	VE: 3342/800 GT: 28 GS: 6 HC: 101 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 3
20 Sopa de lluvia Estofado a la jardinera Fruta y pan	21 Crema de zanahoria Pollo en salsa con judías verdes salteadas Yogur y pan	22 Potaje de garbanzos Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	23 Tallarines con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan	24 Gazpacho Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	VE: 3084/738 GT: 23 GS: 4 HC: 95 AZ: 23 PROT: 41 SAL: 3
27 Arroz con salsa de tomate Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	28 Lentejas a la jardinera Lomo adobado con verduras Yogur y pan	29 Coditos pomodoro Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	30 Crema de verduras Albóndigas en salsa con patatas al vapor Fruta y pan		VE: 3347/801 GT: 29 GS: 6 HC: 108 AZ: 23 PROT: 28 SAL: 3