

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Septiembre 2023

CEIP LA FRESNEDA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4	5	6	7	8	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
11 Macarrones con boloñesa de atún Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	12 Lentejas estofadas con chorizo Estofado de ternera con patata Fruta de temporada	13 Sopa de verduras Pollo asado con patatas Yogur	14 Garbanzos estofados Lacón al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada	15 Crema de calabaza Filete de lenguadina a la romana con mayonesa Fruta de temporada	VE: 2247/538 GT: 17 GS: 4 HC: 67 AZ: 15 PROT: 30 SAL: 1
18 Menestra de verduras salteadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	19 Fabada asturiana Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada	20 Paella de pollo Lomo adobado con champiñones salteados Yogur	21 Puré de verduras Chuleta de Sajonia con ensalada Fruta de temporada	22 Sopa minestrone Estofado de ternera a la jardinera con patatas Fruta de temporada	VE: 2208/528 GT: 23 GS: 3 HC: 54 AZ: 18 PROT: 28 SAL: 1
25 Lentejas a la riojana Filete de lenguadina a la romana Fruta de temporada	26 Crema de verduras Pollo asado con ensalada Fruta de temporada	27 Cocido de garbanzos Tortilla francesa de jamón york Yogur	28 Arroz blanco con salsa de tomate Albóndigas con ensalada Fruta de temporada	29 Macarrones con boloñesa de chorizo Sardinillas en aceite con ensalada de queso fresco Fruta de temporada	VE: 2462/589 GT: 21 GS: 5 HC: 68 AZ: 16 PROT: 34 SAL: 1