

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Diciembre 2023

CEIP LA FRESNEDA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 Espirales con boloñesa de chorizo Sardinillas en aceite con ensalada de queso fresco Fruta de temporada	VE: 2979/713 GT: 33 GS: 4 HC: 50 AZ: 21 PROT: 28 SAL: 1
4 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	5 Puré de zanahoria Filete de merluza al horno con patatas Fruta de temporada	6 <b>FESTIVO</b>	7 <b>NO LECTIVO</b>	8 <b>FESTIVO</b>	VE: 2144/513 GT: 17 GS: 1 HC: 70 AZ: 17 PROT: 21 SAL: 1
11 Macarrones con boloñesa de atún Lomo adobado con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada	12 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta de temporada	13 Fabada asturiana Filete de lenguadina a la romana con mayonesa Yogur	14 Cocido completo Fruta de temporada	15 Patatas estofadas con costillas Tortilla francesa con jamón york Fruta de temporada	VE: 2255/540 GT: 20 GS: 5 HC: 59 AZ: 19 PROT: 31 SAL: 1
18 Menestra de verduras salteadas Escalope de pollo con patatas Fruta de temporada	19 Lentejas estofadas con chorizo Filete de merluza al horno con verduritas Fruta de temporada	20 Crema de zanahoria Tortilla de patatas con ensalada Yogur	21 Macarrones con boloñesa de atún Lacón al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada	22 Arroz a la cubana San Jacobo con patatas fritas	VE: 2734/654 GT: 29 GS: 5 HC: 71 AZ: 13 PROT: 27 SAL: 2
25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	26 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	27 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0