MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Enero 2024

CEIP LA FRESNEDA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1	2	3	4	5	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
8 Puré de verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta	9 Alubias estofadas a la riojana Pescado al horno Fruta	10 Macarrones con boloñesa de atún Lomo adobado con champiñones Yogur	11 Arroz a la napolitana Pechuga de pollo al horno con ensalada Fruta	12 Sopa de cocido Cocido completo Fruta	VE: 2196/525 GT: 14 GS: 3 HC: 71 AZ: 21 PROT: 31 SAL: 1
15 Espirales con boloñesa de chorizo Sardinillas en aceite con queso Fruta	16 Judías verdes salteadas Escalope a la milanesa con patatas Fruta	17 Crema de verduras Tortilla francesa de jamón york Yogur	18 Lentejas a la jardinera Estofado de pavo con verduras Fruta	19 Paella de pollo Filete de lenguadina a la romana Fruta	VE: 2488/595 GT: 23 GS: 5 HC: 65 AZ: 21 PROT: 29 SAL: 1
22 Patatas estofadas con costillas Lacón al horno con ensalada Yogur	23 Garbanzos estofados Filete de merluza a la romana Fruta	24 Sopa de verduras Pollo asado Fruta	25 Puré de zanahoria Tortilla española con ensalada Fruta	26 Macarrones con boloñesa de atún Hamburguesa completa Fruta	VE: 2358/564 GT: 19 GS: 5 HC: 73 AZ: 22 PROT: 30 SAL: 1
29 Crema de calabaza Estofado de ternera con patatas Yogur	30 Fabada asturiana Tortilla francesa Fruta	31 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno Fruta			VE: 2337/559 GT: 20 GS: 4 HC: 72 AZ: 23 PROT: 25 SAL: 1