

MES: Septiembre 2018

COLEGIO: TERESIANO DEL PILAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
					Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
3	4	5	6	7	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
10	11 Pasta (sin gluten) con tomate Chuleta a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan (sin gluten)	12 Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (sin gluten)	13 Salteado de acelgas con patatas Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	14 Crema de verduras Filete de merluza con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	Kcl: 796 HC: 100 Prot: 37 Lip: 29
17 Judías verdes con patatas Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	18 Arroz con pollo al curry Bacalao a la plancha con ensalada de tomate Postre lácteo y pan (sin gluten)	19 Sopa de pasta (sin gluten) Hamburguesa a la plancha con champiñones Fruta y pan (sin gluten)	20 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	21 Patatas estofadas con costillas Filete de merluza al horno con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten)	Kcl: 759 HC: 98 Prot: 37 Lip: 26
24 Verdura de temporada salteada Palometa con salsa de tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (sin gluten)	25 Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera con panaché de verduras Postre lácteo y pan (sin gluten)	26 Pasta (sin gluten) con tomate Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten)	27 Garbanzos estofados Salchichas frescas con ensalada tropical Fruta y pan (sin gluten)	28 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	Kcl: 770 HC: 101 Prot: 39 Lip: 25