

MES: Diciembre 2018

COLEGIO: TERESIANO DEL PILAR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3 Judías verdes con patatas Bacalao con tomate con ensalada de lechuga Fruta y pan (sin gluten)	4 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Postre lácteo y pan (sin gluten)	5 Sopa de cocido (sin gluten) Hamburguesa a la plancha con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	Kcl: 764 HC: 100 Prot: 39 Lip: 24
10 Pasta (sin gluten) napolitana con verduritas Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	11 Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz pilaf Postre lácteo y pan (sin gluten)	12 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	13 Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera con ensalada de tomate Fruta y pan (sin gluten)	14 Alubias pintas estofadas Pollo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	Kcl: 773 HC: 97 Prot: 36 Lip: 28
17 Crema de verduras Merluza con tomate con tomate natural Fruta y pan (sin gluten)	18 Salteado de acelgas con patatas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	19 Pasta (sin gluten) con tomate Chuleta a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	20 Garbanzos con espinacas Pollo en pepitoria con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	21 Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Postre lácteo y pan (sin gluten)	Kcl: 796 HC: 100 Prot: 37 Lip: 29
24 VACACIONES	25	26 DE	27	28 NAVIDAD	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
31					Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0