

FEBRERO

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: **aramark**

COLEGIO: NO CARNE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN NUTRICIONAL	
			1 CREMA DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA PAN/ LACTEO	2 PASTA POMODORO MERLUZA AL HORNO PAN/ FRUTA	KCAL	739,8
					Hidratos (g)	105,6
					Lípidos (g)	24,2
					Proteínas (g)	24,9
5 CREMA DE CALABACÍN MERLUZA ENCEBOLLADA PAN/ FRUTA	6 LENTEJAS A LA CAMPESINA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN PAN/ FRUTA	7 JUDÍAS VERDES CON REFRITO MERLUZA AL HORNO PAN/ FRUTA	8 SOPA DE VERDURAS BACALAO EN PEPITORIA PAN/ LACTEO	9 ARROZ CON SALSA DE TOMATE MERLUZA A LA ANDALUZA PAN/ FRUTA	KCAL	742,8
					Hidratos (g)	105,5
					Lípidos (g)	24,0
					Proteínas (g)	26,2
12 ALUBIAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA PAN/ FRUTA	13 ARROZ NAPOLITANA MERLUZA A LA ROMANA PAN/ FRUTA	14 GARBANZOS CON VERDURAS PALOMETA A LA GRIEGA PAN/ FRUTA	15 CREMA DE ZANAHORIA HUEVOS AURORA PAN/ LACTEO	16 PASTA CON SALSA BOLOÑESA DE ATÚN TORTILLA DE PATATA CON CEBOLLA PAN/ FRUTA	KCAL	731,5
					Hidratos (g)	93,8
					Lípidos (g)	27,5
					Proteínas (g)	27,2
19 SOPA DE VERDURAS MERLUZA ENCEBOLLADA PAN/ FRUTA	20 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS BACALAO EN PEPITORIA PAN/ FRUTA	21 PASTA POMODORO TORTILLA FRANCESA PAN/ FRUTA	22 MENESTRA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO PAN/ LACTEO	23 ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ TIRAS DE CALAMAR EN SALSA VIZCAÍNA PAN/ FRUTA	KCAL	730,2
					Hidratos (g)	105,3
					Lípidos (g)	23,0
					Proteínas (g)	25,5
26 CREMA DE VERDURAS HUEVOS AURORA PAN/ FRUTA	27 ARROZ A LA CUBANA PALOMETA EN SALSA AMERICANA PAN/ FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR MERLUZA AL HORNO PAN/ FRUTA			KCAL	725
					Hidratos (g)	101,77
					Lípidos (g)	24,3
					Proteínas (g)	24,8



Visita nuestra web



www.elgustodecrecer.es

aramark