

Septiembre 2024

Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 9					MARTES 10					MIÉRCOLES 11					JUEVES 12					VIERNES 13				
	FESTIVO					Ensalada de pasta con mayonesa o vinagreta					Potaje de judías					Crema de calabacín					Crema de zanahorias				
						Hamburguesa					Pollo al ajillo					Pescado al horno					Tortilla de papas				
						Tomate aliñado					Papas					Arroz blanco					Ensalada mixta				
						Postre lácteo					Fruta natural					Fruta natural					Postre lácteo				
V. N .	766,0	48,0	17,0	67,0	531,0	25,0	30,0	47,0	536,0	28,0	25,0	66,0	737,0	34,0	23,0	78,0	593,0	23,0	34,0	62,0					
Propuesta Cenas						Verdura + Pescado + Fruta					Verdura + Huevo + Lácteo					Legumbre + Carne + Fruta					Arroz + Ave + Fruta				
	LUNES 16					MARTES 17					MIÉRCOLES 18					JUEVES 19					VIERNES 20				
	Potaje de verduras					Crema de calabaza					Potaje de verduras					Crema de zanahorias					Sopa de estrellitas				
	Cina de cerdo en salsa de champiñones					Empanadillas o croquetas					Estofado de pollo					Macarrones con atún y queso rallado					Fingers de pollo caseros				
	Arroz blanco					Tomate aliñado					Zanahoria baby										Ensalada mixta				
	Fruta natural					Postre lácteo					Fruta natural					Fruta natural					Postre lácteo				
V. N .	633,0	25,0	21,0	83,0	660,0	21,0	32,0	83,0	395,0	19,0	24,0	30,0	464,0	23,0	24,0	41,0	550,0	23,0	34,0	52,0					
Propuesta Cenas	Patata+ Pescado + Lácteo					Legumbre + Carne + Fruta					Patata + Pescado + Lácteo					Legumbre + Huevo + Fruta					Verdura + Pescado + Fruta				
	LUNES 23					MARTES 24					MIÉRCOLES 25					JUEVES 26					VIERNES 27				
	Potaje de judías					Crema de calabaza					Potaje de verduras					Potaje de lentejas					Crema de zanahorias				
	Pescado al horno					Albóndigas en salsa					Cinta de cerdo con salsa agridulce					Pescado empanado					Tortilla paisana				
	Arroz blanco					Papas					Arroz blanco					Ensalada mixta					Tomate				
	Fruta natural					Postre lácteo					Fruta natural					Fruta natural					Postre lácteo				
V. N .	622,0	18,0	29,0	83,0	707,0	26,0	42,0	77,0	560,0	19,0	19,0	77,0	607,0	30,0	37,0	47,0	526,0	19,0	32,0	54,0					
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo					Arroz + Pescado + Fruta					Patata + Huevo + Lácteo					Verdura + Carne + Fruta					Legumbre + Pescado + Fruta				
	LUNES 30					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
	Crema de berros																								
	Pizza de atún																								
	Fruta natural																								
V. N .																									
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo																								

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogueño, lenguado y merluza

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Lípidos / Proteínas / Hidratos Carbono

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

mediterránea