

menú enero 2022



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
10	11	12	13	14
ARROZ CON TOMATE VARITAS DE PESCADO CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	ESPAGUETIS BOLOÑESA MERLUZA CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACIN POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS YOGUR	SOPA DE COCIDO COMPLEMENTO DE COCIDO FRUTA DE TEMPORADA
Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 625 15 19 99	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 678 27 18 105	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 639 39 16 83	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 636 33 38 48	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 621 26 18 92
17	18	19	20	21
CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS YOGUR	MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO BACALAO CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA FRANCESA CON LONCHA DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS CON CARNE PESCADILLA CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON VERDURAS FILETE DE POLLO COJN ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA
Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 636 33 38 47	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 622 30 15 90	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 655 42 18 81	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 610 32 24 70	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 640 28 20 89
24	25	26	27	28
JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA DE PATATA FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON POLLO MERLUZA CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABAZA ALBÓNDIGAS CON PATATAS A CUADRITOS FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COMPLEMENTO DE COCIDO FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO RALLADO BACALAO CON ENSALADA MIXTA YOGUR
Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 645 22 31 73	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 623 31 9 105	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 642 22 25 84	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 621 26 18 92	Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 646 35 22 82
31				
LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS CINTA DE LOMO CON ENSALADA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal. Prot.(g) Lip.(g) H.C.(g) 684 37 22 84				



colegio
ESCUELAS PÍAS
de ALBACETE