

MES: Enero 2020

COLEGIO: SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 VACACIONES	2 VACACIONES	3 VACACIONES	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 VACACIONES	7 VACACIONES	8 Lentejas a la riojana (patata, cebolla, zanahoria y pimiento) San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	9 Tallarines con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan	10 Arroz a la napolitana Filete de merluza al horno con zanahorias baby Yogur y pan	VE: 3199/765 GT: 27 GS: 5 HC: 106 AZ: 24 PROT: 28 SAL: 3
13 Lentejas estofadas (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo, morcilla) Jamoncitos de pollo al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	14 Crema de zanahoria (zanahoria y patata) Albóndigas en salsa con guisantes Yogur y pan	15 Arroz tres delicias Bacalao al horno con verduras Fruta y pan	16 J.G. PAIS VASCO Porrusalda Sukalki de ternera Postre especial y pan	17 Espirales con tomate Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan	VE: 3307/791 GT: 26 GS: 7 HC: 98 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 2
20 Crema de calabaza (calabaza, patata, cebolla) Ragout a la jardinera con patatas panaderas Fruta y pan	21 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza al horno con judías verdes salteadas Yogur y pan	22 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	23 Sopa de cocido Lomo asado en salsa con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	24 Casquete (alubia, garbanzo, patata, calabaza, morcilla, judías verdes) Chispas de merluza con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan	VE: 3133/749 GT: 25 GS: 5 HC: 95 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 2
27 Espaguetis pomodoro (tomate frito, pimiento, cebolla) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Lentejas a la riojana (patata, cebolla, zanahoria y pimiento) Salchichas al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan	29 Crema de calabacín (calabacín, patata) Jamoncitos de pollo al limón con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	30 Cocido de garbanzos Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	31 Arroz a la milanesa Filete de merluza al horno con patatas al vapor Yogur y pan	VE: 2127/509 GT: 14 GS: 3 HC: 70 AZ: 21 PROT: 26 SAL: 2