

MES: Octubre 2023

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Arroz tres delicias Pollo asado con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan	3 Garbanzos estofados Judías verdes Fruta de temporada y pan	4 Crema de verduras Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	5 Sopa de ave con fideos Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral	6 Espirales a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan	VE: 2850/682 GT: 19 GS: 3 HC: 100 AZ: 22 PROT: 29 SAL: 1
9 Sopa de estrellas San Jacobo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	10 Puré de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta de temporada y pan	11 Alubias estofadas a la riojana Ensalada mixta Fruta de temporada y pan	12 <b>FESTIVO</b>	13 Espaguetis con salsa de tomate Filete de lenguadina en salsa verde con guisantes salteados Fruta de temporada y pan	VE: 2989/715 GT: 21 GS: 3 HC: 99 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 2
16 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan	17 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan	18 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Salchichas al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	19 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral	20 Tallarines a la napolitana Filete de merluza a la vasca con zanahorias baby Fruta de temporada y pan	VE: 2905/695 GT: 20 GS: 4 HC: 100 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
23 Sopa maravilla Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	24 Casquete sevillano Ensalada mixta Fruta de temporada y pan	25 Crema de puerros Hamburguesa (ternera y pollo) en salsa (tomate, cebolla, especias) con arroz pilaf Fruta de temporada y pan	26 Macarrones a la carbonara Lomo adobado con verduritas Fruta de temporada y pan integral	27 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con guisantes salteados Fruta de temporada y pan	VE: 2797/669 GT: 18 GS: 3 HC: 101 AZ: 21 PROT: 30 SAL: 2
30 Lentejas estofadas con chorizo Ensalada mixta Fruta de temporada y pan	31 Puchero Calamares a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan				VE: 2809/672 GT: 19 GS: 1 HC: 101 AZ: 22 PROT: 28 SAL: 2