

MES:

DICIEMBRE 2017

COLEGIO

C.C. PALOMERAS

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

				1															
H.C.		H.C.		H.C.		H.C.	84,7												
PROT.		PROT.		PROT.		PROT.	35,1												
LIP.		LIP.		LIP.		LIP.	20,5												
KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.	672,0												
				Rice with vegetables Palometa in sauce tomato Dairy dessert and bread															
				Cena: Cinta de lomo con ensalada															
4				5				6				7				8			
H.C.	79,9	H.C.	61,0	H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.					
PROT.	38,2	PROT.	25,7	PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.					
LIP.	24,7	LIP.	40,6	LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.					
KCAL.	723,0	KCAL.	725,0	KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.					
SPAGUETTI CON TOMATE Y CHORIZO MERLUZA EN SALSA VERDE CON VERDURITAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Spaguetti with tomato and chorizo Hake in sauce vegetables Fruit and bread				PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA HAMBURGUESAS CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Vegatables puree Hamburger with tomato Fruit and bread				DIA DE LA CONSTITUCION				DIA NO LECTIVO				DIA DE LA INMACULADA			
Cena: tortilla de francesa con tomate				Cena: Fte. De ternera con calabacin dado															
11				12				13				14				15			
H.C.	76,3	H.C.	56,8	H.C.	57,5	H.C.	75,6	H.C.	66,2	H.C.	66,2	H.C.	66,2	H.C.	66,2				
PROT.	30,2	PROT.	49,5	PROT.	50,9	PROT.	14,9	PROT.	39,1	PROT.	39,1	PROT.	39,1	PROT.	39,1				
LIP.	25,9	LIP.	25,8	LIP.	26,3	LIP.	35,9	LIP.	30,7	LIP.	30,7	LIP.	30,7	LIP.	30,7				
KCAL.	699,0	KCAL.	681,0	KCAL.	695,0	KCAL.	766,0	KCAL.	720,0	KCAL.	720,0	KCAL.	720,0	KCAL.	720,0				
LENTEJAS GUIADAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stewed lentils Omelette with salad of lettuce Fruit and bread				PATATAS GUIADAS CON MAGRO MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN Stewed potatoes with meat Hake in saluce of carrot Dairy dessert and bread				DIA CHINO ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE POLLO AL LIMON FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Rice three delicacies Chicken fillet of lemon Fruit and bread				JUDIAS VERDES CON TOMATE FIGURITAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Green beans with tomato Fish nugget with salad of lettuce Fruit and bread				SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo POSTRE LACTEO Y PAN Noodles soup Chick-peas, bacon, meat, sausage Dairy dessert and bread			
Cena: Emperador al horno con judias verdes				Cena: Solomillo de cerdo con mostaza y en salada				Cena: Morcillo en salsa con judias verdes				Cena: Huevos revueltos con patatas				Cena: Trucha al horno con ensalada			
18				19				20				21				22			
H.C.	75,7	H.C.	78,7	H.C.	89,0	H.C.	52,5	H.C.	75,3	H.C.	75,3	H.C.	75,3	H.C.	75,3				
PROT.	21,2	PROT.	33,2	PROT.	35,2	PROT.	32,4	PROT.	35,5	PROT.	35,5	PROT.	35,5	PROT.	35,5				
LIP.	31,2	LIP.	25,4	LIP.	22,5	LIP.	35,3	LIP.	28,6	LIP.	28,6	LIP.	28,6	LIP.	28,6				
KCAL.	689,0	KCAL.	701,0	KCAL.	712,0	KCAL.	685,0	KCAL.	714,0	KCAL.	714,0	KCAL.	714,0	KCAL.	714,0				
CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Pumpkin And Carrot Cream Breaded hake wit salad Fruit and bread				SOPA DE LETRAS LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Soup Loin with salad Fruit and bread				ARROZ CON VERDURAS Y POLLO BACALAO EN SALSA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Rice with vegetables and chicken Cod in sauce with salad of lettuce Fruit and bread				COMIDA ESPECIAL NAVIDAD FUSILLI CON TOMATE PECHUGA VILLEROY CON PATATAS CHIPS POSTRE ESPECIAL, REFRESCO Y PAN Fusilli with tomato Villeroy chicken with chips special dessert soda, and bread				JUDIAS BLANCAS GUIADAS TORTILLA FRANCESA CON PAVO POSTRE LACTEO Y PAN Stewed beans Omelette wiht turkey Dairy dessert and bread			
Cena: Huevos cocios con tomate y pavo				Cena: Filete de ternera con ensalada				Cena: Guisantes con jamon				Cena: Crema de calabacin con quesitos				Cena: Lenguado a la plancha a la plancha con pimientos			
25				26				27				28				29			
H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.		H.C.					
PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.		PROT.					
LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.		LIP.					
KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.		KCAL.					
DIA DE NAVIDAD				VACACIONES DE NAVIDAD				VACACIONES DE NAVIDAD				VACACIONES DE NAVIDAD				VACACIONES DE NAVIDAD			