

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Bajo en Grasas				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales salteados Caballa a la plancha con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Magro con patatas al vapor Fruta y pan	7 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur desnatado y pan	8 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2831/677 GT: 16 GS: 2 HC: 95 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz tres delicias Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Yogur desnatado y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2993/716 GT: 19 GS: 3 HC: 102 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2
18 Crema de verduras Abadejo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis salteados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado y pan	22 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2682/642 GT: 16 GS: 3 HC: 93 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 1
25 Crema de calabacín Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones salteados Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Filete de merluza al horno con parmentier de patata al romero Yogur desnatado y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2749/658 GT: 16 GS: 3 HC: 92 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 2

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Abadejo al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2936/702 GT: 21 GS: 3 HC: 96 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de fideos Garbanzos salteados con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2914/697 GT: 18 GS: 3 HC: 107 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de fideos Garbanzos salteados con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2651/634 GT: 14 GS: 3 HC: 95 AZ: 29 PROT: 31 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Rabas de calamar con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2792/668 GT: 20 GS: 4 HC: 92 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 1

Sin Cerdo

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Pavo a la plancha con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 3112/745 GT: 23 GS: 4 HC: 98 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3108/743 GT: 21 GS: 4 HC: 110 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2810/672 GT: 15 GS: 4 HC: 101 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Rabas de calamar con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2795/669 GT: 19 GS: 4 HC: 92 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 3170/758 GT: 23 GS: 4 HC: 99 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz tres delicias Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3103/742 GT: 21 GS: 4 HC: 111 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2836/678 GT: 15 GS: 4 HC: 102 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Filete de merluza al horno con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2729/653 GT: 16 GS: 4 HC: 92 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Pasta (sin huevo) napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2902/694 GT: 19 GS: 3 HC: 92 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3072/735 GT: 19 GS: 4 HC: 110 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 1
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Pasta (sin huevo) gratinada Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2900/694 GT: 19 GS: 4 HC: 101 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Pasta (sin huevo) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Filete de merluza al horno con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Pavo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2665/637 GT: 16 GS: 3 HC: 89 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan	8 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2984/714 GT: 20 GS: 3 HC: 94 AZ: 24 PROT: 40 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz tres delicias Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur de soja y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3093/740 GT: 20 GS: 4 HC: 110 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis con salsa de tomate Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan	22 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2822/675 GT: 15 GS: 3 HC: 105 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2
25 Crema de verduras Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Filete de merluza al horno con parmentier de patata al romero Yogur de soja y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2745/657 GT: 17 GS: 3 HC: 91 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Sin Legumbres, Sin Pescado				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha con brócoli salteado Fruta y pan	6 Patatas estofadas Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Sopa de fideos Lomo a la plancha con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2729/653 GT: 19 GS: 4 HC: 87 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Pavo a la plancha con arroz salteado Fruta y pan	12 Patatas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de fideos Hamburguesa de ternera con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2651/634 GT: 16 GS: 4 HC: 102 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 2
18 Crema parmentier Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	19 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Crema de verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2735/654 GT: 15 GS: 4 HC: 97 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Sopa de fideos Pavo a la plancha con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Lomo a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Patatas estofadas Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2459/588 GT: 15 GS: 4 HC: 83 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Crema de verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	6 Patatas estofadas Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Sopa de fideos Delicias de bacalao con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2955/707 GT: 23 GS: 4 HC: 91 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan	12 Patatas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz con salsa de tomate Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de fideos Hamburguesa de ternera con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2840/679 GT: 19 GS: 4 HC: 104 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan	19 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Crema de verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de fideos Lomo a la plancha con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2719/651 GT: 15 GS: 3 HC: 97 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Sopa de fideos Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Lomo a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Patatas estofadas Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2556/612 GT: 17 GS: 5 HC: 82 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	5 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha con brócoli salteado Fruta y pan	6 Lentejas con quinoa y verduras Magro con patatas dado Fruta y pan	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	8 Garbanzos estofados Lomo a la plancha con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2944/704 GT: 20 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 1
11 Crema de zanahoria con manzana Pavo a la plancha con arroz salteado Fruta y pan	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Arroz tres delicias Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	14 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2914/697 GT: 17 GS: 4 HC: 108 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
18 Crema parmentier Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	19 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan	20 Espaguetis gratinados Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	22 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan	VE: 2852/682 GT: 16 GS: 4 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	26 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con brócoli salteado Fruta y pan	27 Macarrones a la napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	28 Coliflor salteada Lomo a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur y pan	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan	VE: 2687/643 GT: 16 GS: 4 HC: 92 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 1

MES: Noviembre 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 NO LECTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Salteado de judías verdes con tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	5 Pasta (sin gluten) napolitana Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan (sin gluten)	6 Alubias estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	7 Crema de calabacín con queso Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	8 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3033/726 GT: 24 GS: 5 HC: 93 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 2
11 Crema de zanahoria con manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten)	12 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	13 Arroz tres delicias Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	14 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan (sin gluten)	15 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3170/758 GT: 26 GS: 6 HC: 108 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
18 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten)	19 Garbanzos estofados Pollo al chilindrón con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten)	20 Pasta (sin gluten) gratinada Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	21 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	22 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2976/712 GT: 22 GS: 6 HC: 104 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1
25 Crema de calabacín con queso Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	26 Alubias estofadas con verduras Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Fruta y pan (sin gluten)	27 Pasta (sin gluten) napolitana Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	28 Coliflor salteada Filete de merluza al horno con parmentier de patata al romero Yogur y pan (sin gluten)	29 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2726/652 GT: 21 GS: 6 HC: 86 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2