MES: NOVIEMBRE 2017 COLEGIO DIVINA PASTORA

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
			67,4	72,9
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
		DIA	42,8	44,0
LIP.	LIP.	FESTIVO	LIP.	LIP.
			28,8	41,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
			727,0	723,0
			LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE SAJONIA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stew lentils Sajonia with potatoes Fruit and bread	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN Macarroni with tomato Hake in saluce with salad Dairy dessert and bread
			Cena: Brocoli con atún	Cena : Pure de calabacin con quesito
6	7	8	9	10
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
66,3	86,1	80,8		72,3
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
15,0	20,6	32,7		35,3
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
38,6	29,3	26,0		28,1
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
687,0	704,0	705,0		711,0
CREMA DE CALABACIN CROQUETAS Y CEMPANADILLAS DE ATUN CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Cream of zucchini Empanadillas tuna with potatoes Fruit and bread	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA A LA JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Rice with tomato Meatballs in sauce Fruit and bread	PATATAS GUISADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stewed potatoes Hake in sauce green Fruit and bread	FIESTA DE LA ALMUDENA	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: Huevos con champiñon	Cena: emperador con ensalada	Cena: Cinta de lomo con calabacin		Cema: Trucha al horno con ensalada
13	14	15	16	17
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
86,3	53,2	72,1	89,6	61,7
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
34,5	35,7	38,1	28,4	24,3
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
25,0	36,7	26,0	25,5	35,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
733,0	717,0	702,0	712,0	681,0
MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Macarroni with tomato Fillet of loin with garlic with salad of lettuce Fruit and bread	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS ATUN EN SALSA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN Beans stewed Tuna in sauce with salad Dairy dessert and bread	SOPA DE ESTRELLAS NUGGET DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Soup Chicke nugget with salad of lettuce Fruit and bread	ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Rice with tomato Breaded hake with salad Fruit and bread	PURE DE VERDURAS CARNE ASADA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN Vegetables puree Grilled beef with potatoes Dairy dessert and bread
Cena: Ensalada mixta	Cena: Huevo cocidos con tomate	Cena : menestra con jamon	Cena : Gallos a la plancha con ensalada	Cena: Filete de ternera con pepino
20	21	22	23	24
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
80,3	83,5	83,1	79,1	65,8
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
28,5	26,4	25,7	36,1	30,1
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
31,7	28,6	23,4	25,7	32,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
733,0	724,0	687,0	717,0	704,0
FIDEUA DE VERDURAS DELICIAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Fideua of vegetables Nugget fish with salad Fruit and bread	PURE DE VERDURAS HAMBURGUESAS CON ENSALADA (burger meat cerdo y vacuno) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stewed beans with bacon Hamburger with salad Fruit and bread	LENTEJAS GUISADAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stew lentils Omelette whit salad of lettuce Fruit and bread	MACARRONES CON TOMATE Y SALCHICHAS MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Macarroni with tomato and sausage Hake in sauce with salad Fruit and bread	SOPA DE FIDEOS POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS POSTRE LACTEO Y PAN Soup Roasted Chicken With potatoes Dairy dessert and bread
Cena: bacalao en salsa con pimiento	Cena: pure de zanahoria con jamon york	Cena:Arroz con tomate y atun	Cena; coliflor con bechamel	Cena: huevos con pisto
27	28	29	30	
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
86,8	51,8	81,4	72,3	
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
32,3	31,7	33,9	35,3	
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
20,3	37,9	25,1	28,1	
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
680,0	691,0	713,0	711,0	
PATATAS GUISADAS FIGURITAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Stew potatoes Fish with salad of lettuce Fruit and bread	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN Rice with tomato Meatballs in sauce with potatoes Fruit and bread	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Macarroni with vegetables Hake in sauce with salad Fruit and bread	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN Noodles soup Chick-peas, bacon, meat,sausage Fruit and bread	
Cena: lenguado con calabacin dado	Cena: pure de patatas con ternera asada	Cena cinta de lomo con tomate natural	Cena: huevos revueltos con trigueros	

MES: NOVIEMBRE 2017 COLEGIO DIVINA PASTORA CELIACO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
H.C	H.C	H.C	H.C 67,4	H.C 72,9
PROT.	PROT.	PROT.	PROT. 42,8	PROT. 44,0
LIP.	LIP.	LIP.	LIP. 28,8	LIP. 41,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL. 727,0	KCAL. 723,0
		DIA FESTIVO	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE SAJONIA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
6	7	8	9	10
H.C 66,3	H.C 86,1	H.C 80,8	H.C	H.C 72,3
PROT. 15,0	PROT. 20,6	PROT. 32,7	PROT.	PROT. 35,3
LIP. 38,6	LIP. 29,3	LIP. 26,0	LIP.	LIP. 28,1
KCAL. 687,0	KCAL. 704,0	KCAL. 705,0	KCAL.	KCAL. 711,0
CREMA DE CALABACIN CROQUETAS Y CEMPANADILLAS DE ATUN CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA A LA JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PATATAS GUISADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	FIESTA DE LA ALMUDENA	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo POSTRE LACTEO Y PAN
13	14	15	16	17
H.C 86,3	H.C 53,2	H.C 72,1	H.C 89,6	H.C 61,7
PROT. 34,5	PROT. 35,7	PROT. 38,1	PROT. 28,4	PROT. 24,3
LIP. 25,0	LIP. 36,7	LIP. 26,0	LIP. 25,5	LIP. 35,7
KCAL. 733,0	KCAL. 717,0	KCAL. 702,0	KCAL. 712,0	KCAL. 681,0
MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS ATUN EN SALSA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN	SOPA DE ESTRELLAS NUGGET DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PURE DE VERDURAS CARNE ASADA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN
20	21	22	23	24
H.C 80,3	H.C 83,5	H.C 83,1	H.C 79,1	H.C 65,8
PROT. 28,5	PROT. 26,4	PROT. 25,7	PROT. 36,1	PROT. 30,1
LIP. 31,7	LIP. 28,6	LIP. 23,4	LIP. 25,7	LIP. 32,7
KCAL. 733,0	KCAL. 724,0	KCAL. 687,0	KCAL. 717,0	KCAL. 704,0
FIDEUA DE VERDURAS DELICIAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PURE DE VERDURAS HAMBURGUESAS CON ENSALADA (burger meat cerdo y vacuno) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LENTEJAS GUISADAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	MACARRONES CON TOMATE Y SALCHICHAS MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	SOPA DE FIDEOS POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS POSTRE LACTEO Y PAN
27	28	29	30	
H.C 86,8	H.C 51,8	H.C 81,4	H.C 72,3	H.C
PROT. 32,3	PROT. 31,7	PROT. 33,9	PROT. 35,3	PROT.
LIP. 20,3	LIP. 37,9	LIP. 25,1	LIP. 28,1	LIP.
KCAL. 680,0	KCAL. 691,0	KCAL. 713,0	KCAL. 711,0	KCAL.
PATATAS GUISADAS FIGURITAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	

* TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACION DE MENUS CELIACOS SON SIN GLUTEN

MES: NOVIEMBRE 2017 COLEGIO DIVINA PASTORA

SIN HUEVO NI LECHE

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
			67,4	72,9
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
			42,8	44,0
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
			28,8	41,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
			727,0	723,0
		DIA FESTIVO	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE SAJONIA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA POSTRE Y PAN
6	7	8	9	10
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
66,3	86,1	80,8		72,3
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
15,0	20,6	32,7		35,3
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
38,6	29,3	26,0		28,1
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
687,0	704,0	705,0		711,0
CREMA DE CALABACIN SALCHICHAS CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA A LA JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PATATAS GUISADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	FIESTA DE LA ALMUDENA	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo POSTRE Y PAN
13	14	15	16	17
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
86,3	53,2	72,1	89,6	61,7
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
34,5	35,7	38,1	28,4	24,3
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
25,0	36,7	26,0	25,5	35,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
733,0	717,0	702,0	712,0	681,0
MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LOMO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS ATUN EN SALSA CON ENSALADA POSTRE Y PAN	SOPA DE ESTRELLAS FILETE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PURE DE VERDURAS CARNE ASADA CON PATATAS POSTRE Y PAN
20	21	22	23	24
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
80,3	83,5	83,1	79,1	65,8
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
28,5	26,4	25,7	36,1	30,1
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
31,7	28,6	23,4	25,7	32,7
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
733,0	724,0	687,0	717,0	704,0
FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PURE DE VERDURAS HAMBURGUESAS CON ENSALADA (burger meat cerdo y vacuno) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LENTEJAS GUISADAS CINTA D ELOMO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	MACARRONES CON TOMATE Y SALCHICHAS MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	SOPA DE FIDEOS POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS POSTRE Y PAN
27	28	29	30	
H.C	H.C	H.C	H.C	H.C
86,8	51,8	81,4	72,3	
PROT.	PROT.	PROT.	PROT.	PROT.
32,3	31,7	33,9	35,3	
LIP.	LIP.	LIP.	LIP.	LIP.
20,3	37,9	25,1	28,1	
KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.	KCAL.
680,0	691,0	713,0	711,0	
PATATAS GUISADAS MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS POSTRE Y PAN	MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	