

Colegio Diocesano María Inmaculada -Luis Ruiz

Enero 2018

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1		2		3		4		5	
H.C. (G)		H.C. (G)		H.C. (G)		H.C. (G)		H.C. (G)	
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	
LIP. (G)	DIA FESTIVO	LIP. (G)	VACACIONES DE NAVIDAD	LIP. (G)	VACACIONES DE NAVIDAD	LIP. (G)	VACACIONES DE NAVIDAD	LIP. (G)	VACACIONES DE NAVIDAD
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	
8		9		10		11		12	
H.C. (G)	PAELLA DE VERDURAS	H.C. (G)	CREMA DE ZANAHORIAS	H.C. (G)	SPAGUETTI CON TOMATE Y BACON	H.C. (G)	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS	H.C. (G)	PATATAS GUIADAS CON MAGRO
93,9		54,0		81,9		73,5		50,6	
PROT. (G)	FLAMENQUINES CON LECHUGA	PROT. (G)	HAMBURGUESA DE TERNERA CON PISTO	PROT. (G)	MERLUZA EN Salsa VERDE CON GUI SANTES	PROT. (G)	COCIDO COMPLETO	PROT. (G)	EMPANADILLAS DE ATUN
16,0		29,7		33,0		36,8		33,6	
LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	POSTRE LÁCTEO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	garbanzos, tocino, morcillo, chorizo	LIP. (G)	CON LECHUGA Y MAÍZ
26,2		43,2		25,2		33,3		40,3	
E (KCAL.)	PAELLA OF VEGETABLES	E (KCAL.)	CARROT CREAM	E (KCAL.)	SPAGHETTI WITH TOMATO AND BACON	E (KCAL.)	COOKED SOUP WITH NOODLES	E (KCAL.)	SPICED POTATOES WITH LEAN
738,0	FLAMENQUINES WITH LETTUCE	731,0	BEEF HAMBURGER WITH PISTO	704,0	HAKE IN GREEN SAUCE WITH PEAS	769,0	FULL COOK	712,0	TUNA PUNCHES WITH SALAD
	FRUIT OF TIME AND BREAD		DAIRY DESSERT AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		DAIRY DESSERT AND BREAD
	CENA: BROCOLI CON ATÚN		CENA: TORTILLA FRANCESA CON PAVO		CENA: FILETE DE POLLO CON ENSALADA		CENA: PURE DE CALABACIN CON QUESITO		CENA: FILETE DE TERNERA CON CALABACIN A LA PLANCHA
15		16		17		18		19	
H.C. (G)	LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS	H.C. (G)	CREMA DE PUERROS	H.C. (G)	ARROZ BLANCO CON TOMATE	H.C. (G)	ALUBIAS BLANCAS CASTELLANAS	H.C. (G)	FIDEUÁ DE VERDURAS
81,0		84,3		92,2		66,8		76,4	
PROT. (G)	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)	BONITO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)	MUSLITOS DE POLLO MENESTRA DE VERDURAS	PROT. (G)	MERLUZA EN Salsa CON PIMIENTO MORRÓN	PROT. (G)	SALCHICHAS CON TOMATE Y CHIPS
29,1		25,5		29,3		39,8		31,2	
LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	POSTRE LÁCTEO Y PAN
23,5		31,9		26,3		30,0		31,3	
E (KCAL.)	HOME LENTILS WITH VEGETABLES	E (KCAL.)	CREAM OF LEEKS	E (KCAL.)	WHITE RICE WITH TOMATO	E (KCAL.)	WHITE BEANS CASTELLANAS	E (KCAL.)	FIDEUA OF VEGGIES
693,0	POTATO OMELETTE WITH LETTUCE SALAD	741,0	TUNA BREADED WITH SALAD OF LETTUCE	739,0	MUSLIMS OF CHICKEN VEGETABLE STEW	738,0	HAKE IN SAUCE WITH PEPPER MORRON	723,0	SAUSAGES WITH TOMATO AND POTATOES
	FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		DAIRY DESSERT AND BREAD
	CENA: TRUCHA AL HORNO CON TOMATE		CENA: GUI SANTES CON JAMON YORK		CENA: CARNE GUI SADA CON ENSALADA		CENA: FILETE DE PAVO CON JUDIAS VERDES		CENA: HUEVOS REVUELTOS CON CHAMPIÑON
22		23		24		25		26	
H.C. (G)	MACARRONES NAPOLITANA (macarrones, tomate frito, jamón york)	H.C. (G)	PATATAS CON COSTILLA	H.C. (G)	ARROZ TRES DELICIAS (maiz, zanahoria y pavo)	H.C. (G)	JUDÍAS VERDES REHOGADAS	H.C. (G)	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
90,5		47,9		91,2		64		68,8	
PROT. (G)	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)	TORTILLA FRANCESA CON PAVO	PROT. (G)	PALOMETA CON TOMATE CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)	MUSLITOS DE POLLO CON PATATAS FRITAS	PROT. (G)	COCIDO COMPLETO
26,6		33,4		30,9		30,2		41,1	
LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	POSTRE LÁCTEO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
23		42,7		22		32,6		32,5	
E (KCAL.)	NAPOLITAN MACARONI	E (KCAL.)	POTATOES WITH SQUIDS	E (KCAL.)	RICE THREE DELIGHTS	E (KCAL.)	GREEN JUDIES REHOGADAS	E (KCAL.)	COOKED SOUP WITH NOODLES
692	REVOLVED MERLUZA WITH LETTUCE	722	FRENCH TORTILLA WITH TURKEY SAUSAGE	699	POMOMETTE WITH TOMATO AND SALAD	692	CHICKEN FILLET WITH FRIED POTATOES	756	FULL COOK
	FRUIT OF TIME AND BREAD		DAIRY DESSERT AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD
	CENA: POLLO ASADO CON VERDURAS		CENA: PURE DE VERDURAS CON FILETE DE TERNERA		CENA: SOLOMILLO DE CERDO CON MENESTRA		CENA: HUEVOS COCIDOS CON TOMATE Y JAMON		CENA: EMPERADOR AL HORNO CON ENSALADA
29		30		31					
H.C. (G)	CREMA DE ZANAHORIAS	H.C. (G)	LENTEJAS GUI SADAS CON VERDURAS	H.C. (G)	CODITOS CON TOMATE Y QUESO	H.C. (G)		H.C. (G)	
58,7		82,7		97					
PROT. (G)	HAMBURGESA CONTOMATE	PROT. (G)	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)	DELICIAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA	PROT. (G)		PROT. (G)	
24,8		28,6		24,7					
LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)	FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	LIP. (G)		LIP. (G)	
40,5		23,3		25,5					
E (KCAL.)	CARROT CREAM	E (KCAL.)	PEANUT LENTILS WITH VEGETABLES	E (KCAL.)	CODITO WITH TOMATO AND CHEESE	E (KCAL.)		E (KCAL.)	
711	LOIN WITH POTATOES	693	VILLEROY EGG WITH LETTUCE SALAD	732	DELIGHT FISH WITH SALAD OF LETTUCE				
	FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD		FRUIT OF TIME AND BREAD				
	CENA: DORADA AL LIMON CON ENSALADA		CENA: FILETE DE TERNERA CON PATATAS		CENA: MENESTRA DE VERDURAS CON PAVO A LA PLANCHA				