

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Febrero 2022

COLEGIO: SAN BERNARDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
	1 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	2 Sopa de fideos Filete de merluza en salsa verde con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	3 Macarrones con salsa de tomate Pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	4 Patatas estofadas con magro Ensalada mixta Fruta y pan	VE: 2946/705 GT: 20 GS: 3 HC: 99 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 3
7 Arroz con salsa de tomate Salchichas al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	8 Macarrones al ajillo Filete de merluza al horno con patatas dado Fruta y pan	9 Judías verdes con patatas Albóndigas con guisantes Fruta y pan	10 Sopa de estrellas Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	11 Crema de calabacín Filete de merluza al horno con ensalada de tomate Fruta y pan	VE: 3189/763 GT: 31 GS: 6 HC: 96 AZ: 24 PROT: 30 SAL: 3
14 Sopa de fideos Chispas de merluza con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	15 Paella mixta Croquetas con zanahorias salteadas Fruta y pan	16 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas dado Fruta y pan	17 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de tomate Yogur y pan	18 Espaguetis con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	VE: 3294/788 GT: 29 GS: 5 HC: 102 AZ: 28 PROT: 32 SAL: 3
21 Macarrones al ajillo Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	22 Potaje de garbanzos Filete de merluza al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	23 Sopa de estrellas Lomo adobado con patatas dado Fruta y pan	24 Alubias estofadas con arroz Ensalada mixta Yogur y pan	25 <p align="center">NO LECTIVO</p>	VE: 2981/713 GT: 24 GS: 4 HC: 97 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 3
28 <p align="center">FESTIVO</p>					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0