

MES: Diciembre 2021

COLEGIO: ARCANGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN FS, PESCADO PLANO, KIWI Y MANGO		1 Sopa minestrone Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan integral Minestrone soup Meatballs with vegetables with french fries Fruit and wholemeal bread	2 Macarrones (integrales) con salsa boloñesa de chorizo Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta (eco.) y pan Macaroni (whole grain) with bolognese sauce with chorizo French omelette with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	3 Crema de puerros Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Cream of leek Tenderloin with garlic with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread	VE: 2964/709 GT: 27 GS: 6 HC: 90 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 2
6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 Salteado de judías verdes con jamón Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral Sautéed green beans with ham Spanish omelette with lettuce & olives Fruit and wholemeal bread	10 Macarrones con salsa de tomate Pollo asado con patatas dado Postre lácteo y pan Macaroni with tomato sauce Grilled chicken with diced potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3227/772 GT: 31 GS: 4 HC: 101 AZ: 29 PROT: 37 SAL: 2
13 Crema de verduras Hamburguesa en salsa de tomate con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Vegetables cream Hamburger with tomato with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	14 Lentejas (eco) estofadas con verduras con arroz Tortilla francesa de jamón york con patatas dado Fruta y pan Stewed organic lentils with vegetables with rice Ham omelette with diced potatoes Fruit and bread	15 Espirales con tomate Magro de cerdo al tomillo con menestra de verduras salteadas Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Lean pork with thyme with vegetable stew Fruit and wholemeal bread	16 Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Lemon chicken drumsticks with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	17 Patatas estofadas con verduras Pavo en salsa con salsa de cebolla (eco) y zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Stewed potatoes with vegetables Turkey with gravy with salsa de cebolla (eco) y zanahorias salteadas Dairy dessert and bread	VE: 3091/739 GT: 16 GS: 3 HC: 115 AZ: 28 PROT: 40 SAL: 3
20 Macarrones napolitana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz Fruta y pan Napolitan macaroni Chicken breast with lettuce, carrot (eco.) and corn salad Fruit and bread	21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	22 COMIDA ESPECIAL Arroz con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre especial Rice with tomato sauce Grilled hamburger with french fries Special desserts	23	24	VE: 3061/732 GT: 22 GS: 5 HC: 101 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2
27	28	29	30	31	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0