



# Colegio Corazón Inmaculado

## Menú - Diciembre de 2009

MARTES 1				MIÉRCOLES 2				JUEVES 3				VIERNES 4											
Macarrones con chorizo Tortilla de jamón york Guarnición de ensalada Yogur				Patatas con carne Lenguado rebozado Guarnición de ensalada Fruta				Sopa de fideos Cocido completo Guarnición de verduras Fruta				Puré de verduras Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Natillas											
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:								
771,66	30,8495	73,645	38,9285	660,4	25,335	68,585	29,97	521,5	19,334	99,636	11,72	631	19,909	108,3	11,19								
LUNES 7				MARTES 8				MIÉRCOLES 9				JUEVES 10				VIERNES 11							
<b>DIA DE LA CONSTITUCIÓN</b>				<b>DIA DE LA INMACULADA</b>				Lentejas estofadas Salchichas Guarnición de ensalada Fruta				Paella mixta Merluza en salsa Guarnición de verduras Fruta				Puré de patata y zanahoria Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de tomate Natillas							
								Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:				
								649,8	30,003	60,87	32,826	671,76	35,197	77,023	27,86	622	30,07	100,1	13,33				
LUNES 14				MARTES 15				MIÉRCOLES 16				JUEVES 17				VIERNES 18							
Arroz con tomate Huevos fritos Guarnición de patatas fritas Fruta				Sopa de fideos Cocido completo Guarnición de verduras Yogur				Puré de calabacín Delicias de merluza Guarnición de ensalada Fruta				Judías Pintas Filete de pollo a la plancha Guarnición de verduras Fruta				Tallarines carbonara Lenguado en salsa Guarnición de verduras Natillas							
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:				
725,6	20,972	70,131	44,543	464,25	22,0365	71,201	15,2875	709,7	34,075	107,815	18,675	899,01	48,5225	40,595	51,3885	768,5	24,599	146,401	15,175				
LUNES 21				MARTES 22				<i>¡Vacaciones de Navidad!</i>															
Coditos gratinados San Jacobo Guarnición de ensalada Fruta				Sopa de fideos Filete ruso Guarnición de patatas fritas Yogur																			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:																
622,5	30,543	95,601	13,83	656,15	44,6005	34,649	60,5195																