



CEIP Juan Fernández Latorre
Menú - Septiembre 2015



*¡Vamos a comer al cole
con el Menú de la Gallina Caponata!*

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			10-sep	11-sep
			Sopa de fideos	Lentejas caseras
			Milanesa con ensalada	Lasaña de atún
			Fruta	Yogur
14-sep	15-sep	16-sep	17-sep	18-sep
Sopa vegetal	Vichissoise	Tortellini con tomate	Ensalada de lacitos	Arroz con tomate
Lomo de sajonia con patatas	Ternera asada con arroz	Merluza a la romana con ensalada	Hamburguesa casera con brécol	Tortilla española con ensalada
Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta en almíbar
21-sep	22-sep	23-sep	24-sep	25-sep
Lentejas estofadas	Crema de verduras	Sopa con espinacas	Ensaladilla rusa	Espaguetis a la boloñesa
Guiso de carne con patatas	Filete de merluza con ensalada	Albóndigas caseras con patatas	Pizza de jamón y queso con ensalada	Guiso de bacalao con verduritas
Yogur	Chocolatina	Fruta	Fruta	Fruta
28-sep	29-sep	30-sep		
Crema de calabacín	Sopa de estrellitas	Arroz con salchichas		
Paella mixta de pollo y gambas	Pollo asado con judías	Merluza Orly con ensalada		
Fruta	Petit-Suisse	Fruta		

	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
KCAL	726,1	745,4	730,1	721,3
PROT G	38,2	32,9	34,1	32,9
GLUC G	97,3	102,2	92,1	96,8
LIP G	20,5	22,8	25,0	22,5