



Colegio Gaztelueta

Diciembre 2018

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3 Kcal 884 Glú 127 Líp 23 Pro 48

- 1° Arroz tres delicias
- 2° Estofado de pavo a la jardinera
- Postre Natillas Pan

4 Kcal 783 Glú 109 Líp 18 Pro 49

- 1° Lentejas con zanahoria
- 2° Lomo adobado de cerdo con champiñones
- Postre Fruta Pan

5 Kcal 824 Glú 105 Líp 28 Pro 42

- 1° Espaguetis carbonara
- 2° Bacalao rebozado con ensalada
- Postre Helado Pan

6

FIESTA

7

FIESTA

10 Kcal 913 Glú 120 Líp 32 Pro 41

- 1° Risotto de setas
- 2° Escalope de bonito con ensalada
- Postre Fruta Pan

11 Kcal 780 Glú 87 Líp 24 Pro 45

- 1° Crema de verduras
- 2° Muslo-Alitas de pollo con ensalada
- Postre Fruta Pan

12 Kcal 883 Glú 100 Líp 38 Pro 39

- 1° Patatas mimosa con nata
- 2° Filete ruso con salsa de tomate
- Postre Helado Pan

13 Kcal 918 Glú 129 Líp 30 Pro 39

- 1° Alubias con verduras
- 2° Tortilla de patata con lechuga
- Postre Fruta Pan

14 Kcal 783 Glú 93 Líp 33 Pro 34

- 1° Vainas con patatas
- 2° Merluza a la romana con mahonesa
- Postre Yogur Pan

17 Kcal 776 Glú 103 Líp 28 Pro 34

- 1° Macarrones con chorizo
- 2° Merluza a la romana con ensalada
- Postre Fruta Pan

18 Kcal 843 Glú 89 Líp 43 Pro 28

- 1° Crema de calabacín
- 2° Salchichas al horno con ketchup
- Postre Yogur bebible Pan

19 Kcal 895 Glú 105 Líp 33 Pro 47

- 1° Lentejas con puerros
- 2° Escalope de ternera con verduras
- Postre Fruta Pan

20 Kcal 889 Glú 107 Líp 36 Pro 40

- 1° Patatas alpujarreñas
- 2° Lomo adobado de cerdo con champiñones
- Postre Copa Danone Pan

21

FIESTA

COMIDA ELABORADA EN LA COCINA DEL COLEGIO