



# Colegio Gaztelueta

Enero 2019

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**7** Kcal 999 Glú 106 Líp 53 Pro 38

1° Magnolias con tomate

2° Huevos fritos con salchichas

Postre Natillas Choco Pan

**14** Kcal 693 Glú 84 Líp 25 Pro 36

1° Crema de veduras natural y puerro

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

**21** Kcal 999 Glú 119 Líp 47 Pro 46

1° Espaguetti carbonara

2° Escalope de ternera con patatas

Postre Copa Danone Pan

**28**

FIESTA

**8** Kcal 803 Glú 116 Líp 17 Pro 51

1° Alubias rojas con verduras

2° Albóndigas con champiñones

Postre Fruta Pan

**15** Kcal 897 Glú 110 Líp 24 Pro 64

1° Cocido de lentejas con verduras

2° Pechuga de pollo empanada con patatas

Postre Fruta Pan

**22** Kcal 820 Glú 104 Líp 26 Pro 47

1° Cocido de lentejas con zanahoria

2° Filete de gallo con ensalada

Postre Fruta Pan

**29** Kcal 754 Glú 111 Líp 16 Pro 46

1° Espaguetti carbonara

2° Albóndigas con patatas

Postre Fruta Pan

**9** Kcal 693 Glú 84 Líp 25 Pro 36

1° Crema de calabacín

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

**16** Kcal 999 Glú 98 Líp 64 Pro 34

1° Macarrones con chorizo

2° Huevos con bacon

Postre Helado Pan

**23** Kcal 726 Glú 98 Líp 22 Pro 38

1° Crema de verduras natural y acelgas

2° Lomo asado con pimientos

Postre Copa Danone Pan

**30** Kcal 666 Glú 112 Líp 6 Pro 45

1° Vainas con patatas

2° Estofado de pavo a la jardinera

Postre Fruta Pan

**10** Kcal 926 Glú 91 Líp 40 Pro 29

1° Patatas alpujarreñas

2° Merluza a la romana con ensalada

Postre Fruta Pan

**17** Kcal 825 Glú 91 Líp 37 Pro 36

1° Patatas mimosa con nata

2° Filete de gallo con ensalada

Postre Fruta Pan

**24** Kcal 999 Glú 111 Líp 59 Pro 33

1° Arroz negro con calamares

2° Huevos con salchichas

Postre Helado Pan

**31** Kcal 870 Glú 115 Líp 31 Pro 38

1° Arroz tres delicias

2° Bacalao rebozado con ensalada

Postre Fruta Pan

**11** Kcal 856 Glú 121 Líp 23 Pro 47

1° Paella

2° Estofado de pavo a la jardinera

Postre Helado Pan

**18** Kcal 951 Glú 129 Líp 32 Pro 43

1° Arroz tres delicias

2° Filete ruso con salsa de tomate

Postre Natillas Choco Pan

**25** Kcal 787 Glú 108 Líp 18 Pro 53

1° Alubias blancas con chorizo

2° Ragout de ternera con champiñones

Postre Macedonia Pan

COMIDA ELABORADA EN LA COCINA DEL COLEGIO

