

Gaztelueta Infantil

SEPTIEMBRE 2022



COLEGIO
GAZTELUETA
IKASTETXEA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Kcal899 Glú131 Lip35 Pro21

12
1° **Macarrones con chorizo**
2° **Empanadillas de atún con lechuga**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Verdura, carne, lácteo**

Kcal737 Glú98 Lip18 Pro50

13
1° **Alubias rojas con zanahoria**
2° **Lomo adobado de cerdo con pimientos**
Postre **Yogur natural** Pan

Cena **Patatas, pescado, fruta**

Kcal999 Glú133 Lip38 Pro41

14
1° **Arroz con tomate**
2° **Filete ruso con champiñones**
Postre **Natillas Choco** Pan

Cena **Verdura, pescado, fruta**

Kcal959 Glú145 Lip36 Pro27

8
1° **Arroz con tomate**
2° **Nuggets de pollo con ensalada**
Postre **Yogur** Pan

Cena **Verdura, pescado, fruta**

Kcal685 Glú96 Lip17 Pro41

9
1° **Lentejas con chorizo**
2° **Merluza al horno en salsa provenzal**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Patatas, huevo, lácteo**

Kcal798 Glú76 Lip30 Pro47

19
1° **Crema de zanahoria**
2° **Pollo asado con lechuga**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Pasta, huevo, lácteo**

Kcal922 Glú120 Lip29 Pro48

20
1° **Magnolias con tomate**
2° **Escalope de ternera con zanahoria y calabacín**
Postre **Yogur** Pan

Cena **Verdura, pescado, fruta**

Kcal717 Glú97 Lip21 Pro39

21
1° **Garbanzos con chorizo**
2° **Lenguado en salsa de yogur y champiñones**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Puré, carne, lácteo**

Kcal747 Glú89 Lip27 Pro42

22
1° **Vainas con patatas**
2° **Albóndigas a la jardinera**
Postre **Yogur** Pan

Cena **Arroz, pescado, fruta**

Kcal861 Glú128 Lip23 Pro41

23
1° **Arroz con pollo**
2° **Palometa con tomate**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Verdura, carne, lácteo**

Kcal650 Glú83 Lip23 Pro31

26
1° **Acelgas con patatas**
2° **Merluza al horno en salsa verde**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Arroz, carne, lácteo**

Kcal934 Glú140 Lip33 Pro23

27
1° **Paella**
2° **Croquetas de jamón con ensalada**
Postre **Flan** Pan

Cena **Verdura, pescado, fruta**

Kcal767 Glú92 Lip34 Pro27

28
1° **Crema de calabacín**
2° **Tortilla de patata con salsa de tomate**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Patatas, pescado, lácteo**

Kcal830 Glú113 Lip24 Pro44

29
1° **Espaguetis con queso**
2° **Lomo asado con champiñones**
Postre **Yogur natural** Pan

Cena **Puré, pescado, fruta**

Kcal759 Glú102 Lip19 Pro50

30
1° **Alubias blancas con chorizo**
2° **Bacalao rebozado con pimientos**
Postre **Fruta** Pan

Cena **Verdura, carne, lácteo**

Menú Basal (comida elaborada en la cocina del colegio)