



COLEGIO SAGRADA FAMILIA - SEPTIEMBRE 2023

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



(Puede haber cambios en el menú por motivo de suministro de materias primas)

Sal (g): 2,8 g
AGS: 9,1 g
Azúcar: 17,3 g

07/09/2023

Judías verdes con patatas
Green beans with potatoes
Muslo de pollo con ensalada
Chicken leg with salad

Fruta
Fruit

Hid. 64 Prot 31 Lip 21 Kcal 588

08/09/2023

FESTIVO

11/09/2023

Lentejas con verdura
Lentils with vegetables
Tortilla francesa con ensalada
Spanish omelette with salad

Fruta en su jugo
Fruit in its juice

Hid. 74,1 Prot 28,1 Lip 17 Kcal 563

12/09/2023

Paella Mixta
Mixed paella
Muslo de pollo con ensalada
Chicken leg with salad

Fruta
Fruit

Hid. 88 Prot. 35 Lip. 22 Kcal. 699

13/09/2023

Macarrones con tomate
Macaroni with tomato
Limanda al horno con ensalada
Fillet of limanda with salad

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 85,9 Prot. 26,6 Lip. 12,7 Kcal. 572

14/09/2023

Alubias blancas estofadas
Beans with sausage
Magro de cerdo con ensalada
Pork loin with salad

Fruta
Fruit

Hid. 69 Prot. 28,5 Lip. 11,6 Kcal. 527

15/09/2023

Crema de puerro y zanahoria
Cream of leek and carrot
Merluza a la plancha con ensalada
Roman hake with salad

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 66 Prot 23 Lip 12 Kcal 476

18/09/2023

Judías verdes con patatas
Green beans with potatoes
Magro de cerdo con ensalada
Prepared loin with salad

Fruta
Fruit

Hid. 66,3 Prot 36,5 Lip 21,1 Kcal 625

19/09/2023

Lentejas con verduras
Lentils with sausage
Roti de pavo al horno con verduras
Roast roti turkey with vegetables

Fruta
Fruit

Hid. 74,3 Prot 34,3 Lip 19,2 Kcal 629

20/09/2023

Coditos con atún
Coditos with tuna
Tortilla francesa con ensalada
Fried eggs with potatoes

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 89,3 Prot 31,3 Lip 21,9 Kcal 667

21/09/2023

Patatas guisadas con verduras
Cooked potatoes
Pechuga de pollo con ensalada
Breast of chicken with salad

Fruta
Fruit

Hid. 73,8 Prot 28,4 Lip 12,6 Kcal 542

22/09/2023

Garbanzos estofados con verduras
Chickpeas stew
Limanda al horno con ensalada
Fillet of limanda with salad

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 75,7 Prot 33,3 Lip 14,2 Kcal 583

25/09/2023

Arroz con tomate
Tomato rice
Merluza a la plancha con ensalada
Roman hake with salad

Fruta
Fruit

Hid. 87,1 Prot 20,2 Lip 11,2 Kcal 541

26/09/2023

Alubias blancas con verduritas
Beans with vegetables
Rollitos de jamón york
Booklets of ham and cheese

Fruta
Fruit

Hid. 75 Prot 20,2 Lip 9,9 Kcal 496

27/09/2023

Crema de verduras
Cream of vegetable
Pollo asado con ensalada
Roast chicken with salad

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 64,9 Prot 35,5 Lip 21,8 Kcal 603

28/09/2023

Lentejas estofadas
Lentils with sausage
Tortilla francesa con ensalada
Spanish omelette with salad

Fruta
Fruit

Hid. 74,1 Prot 28,1 Lip 17 Kcal 563

29/09/2023

Macarrones a la boloñesa
Macaroni with bolognese sauce
Sajonia a la plancha con ensalada
Saxony with salad

Lácteo desnatado
Lacteal

Hid. 91,9 Prot 26,7 Lip 14 Kcal 608