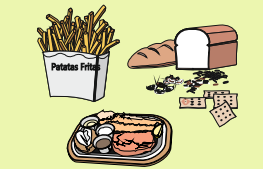


Colegio Sagrada Familia



H. de Carbono



Lacteos



Vitaminas



Proteinas



Calorias

C
o
m
i
d
a

d
e

C
a
s
a,

C
o
m
i
d
a

C
a
s
e
r
a

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
DÍA NO LECTIVO 	Caracolitos Napolitana Fte. de Merluza Lechuga y Tomate Manzana Pan HC 76 LIP 29 PRO 33 KCAL 681	Arroz a la Milanese Lomo de Sajonia Ensalada con Aceitunas Pera Pan HC 73 LIP 26 PRO 27 KCAL 658	Judías en Fabada Jamón Asado Zanahorias Rehogadas Melón Pan HC 59 LIP 28 PRO 41 KCAL 665	Crema Vichy Bitokes de Pollo Lech. Tom. y Cebolla Natillas Pan HC 62 LIP 29 PRO 31 KCAL 611
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
DÍA NO LECTIVO 	Arroz a la Cubana Fte. de Pescadilla Horno Brócoli con Ajitos Pera Pan HC 76 LIP 26 PRO 31 KCAL 679	Lentejas Ecológicas a la Olla Tortilla de Patata Ensalada Melón Pan HC 71 LIP 29 PRO 29 KCAL 676	Judías Verdes Rehogadas San Jacobo Casero Patatas Fritas Plátano Pan HC 70 LIP 38 PRO 30 KCAL 735	Puchero Castellano Cinta de Lomo Adobada Ensalada con Zanahoria Yogur Pan HC 63 LIP 30 PRO 38 KCAL 677
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Espaguetis Bolognesa Buchones de Merluza Lech. Tom. y Cebolla Mandarinas Pan HC 66 LIP 27 PRO 33 KCAL 658	Crema de Verduras Huevo Frito Patatas Plátano Pan HC 66 LIP 15 PRO 18 KCAL 646	Judías Blancas Estofadas Pollo a la Riojana Zanahorias Salteadas Pera Pan HC 66 LIP 26 PRO 42 KCAL 672	Patatas Guisadas Lomo al Ajillo Plancha Ensalada Manzana Pan HC 58 LIP 27 PRO 33 KCAL 697	Sopa de Cocido Cocido Completo: (Garbanzos, Temera, Pollo, Cerdo, Zanahoria) Yogur Pan HC 76 LIP 23 PRO 40 KCAL 694
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Arroz con Tomate Tortilla de Jamón Lechuga y Tomate Naranja en Rodajas Pan HC 74 LIP 32 PRO 23 KCAL 710	Lentejas Caseras Pechuga a la Plancha Ensalada de Escarola Plátano Pan HC 70 LIP 22 PRO 42 KCAL 660	Macarrones Italiana Fte. Merluza Salsa Guisantes Salteados Manzana Ecológica Pan HC 71 LIP 22 PRO 31 KCAL 683	Judías V. con Jamón Albóndigas de Ternera Arroz Pilaf Yogur Pan HC 72 LIP 31 PRO 30 KCAL 628	Sopa de Letras Escalope Milanese Lech. Tom. y Cebolla Pera Pan HC 60 LIP 27 PRO 30 KCAL 614

Menú Básico Noviembre 2025