

# C.C. NTRA. SRA. DEL SAGRADO CORAZON

## MENÚ ESCOLAR – DICIEMBRE 2021 – 3 AÑOS



<b>LUNES 6</b> <b>DÍA DE LA CONSTITUCIÓN</b>		<b>MARTES 7</b> <b>DÍA NO LECTIVO</b>		<b>MIÉRCOLES 1</b> GARBANZOS GUIADOS (14) con verduras HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) ZANAHORIA SALTEADA FRUTA		<b>JUEVES 2</b> FIDEUÁ (1,3,6,7) MERLUZA EMPANADA (1,3,4) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA		<b>VIERNES 3</b> LENTEJAS ESTOFADAS (14) con verduras PAVO EN SALSA CALABACÍN REBOZADO (1,2,4,7,13) YOGURT (7)	
<b>LUNES 13</b> LENTEJAS ESTOFADAS (14) con verduras TORTILLA ESPAÑOLA (3) ENSALADA CON TOMATE FRUTA		<b>MARTES 14</b> ARROZ CON TOMATE VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA DE MAÍZ NATILLAS (7)		<b>MIÉRCOLES 8</b> <b>LA INMACULADA CONCEPCIÓN</b>		<b>JUEVES 9</b> CREMA DE VERDURAS (14) CINTA DE LOMO SAJONIA (6) ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA		<b>VIERNES 10</b> ALUBIAS BLANCAS GUIADAS (14) con verduras BACALAO AL AJILLO (4) PATATAS FRITAS YOGURT (7)	
<b>LUNES 20</b> ARROZ TRES DELICIAS (2,3) ALBÓNDIGAS DE MERLUZA (1,2,3,4,7,13) ZANAHORIA SALTEADA (14) FRUTA		<b>MARTES 21</b> ALUBIAS PINTAS (14) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA		<b>MIÉRCOLES 15</b> CREMA DE CALABACÍN (14) HAMBURGUESA PLANCHA (6) PATATAS FRITAS FRUTA		<b>JUEVES 16</b> SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO (14) Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo FRUTA		<b>VIERNES 17</b> PATATAS GUIADAS (14) con verduras MAGRO CON TOMATE ENSALADA CON ACEITUNAS YOGURT (7)	
<b>LUNES 27</b> SOPA DE ESTRELLAS (1,3,14) PERRITO CALIENTE (1,3,6,7,11) PATATAS FRITAS TURRON DE CHOCOLATE (1,5,6,7,8)		<b>MARTES 28</b> SOPA DE ESTRELLAS (1,3,14) PERRITO CALIENTE (1,3,6,7,11) PATATAS FRITAS TURRON DE CHOCOLATE (1,5,6,7,8)		<b>MIÉRCOLES 22</b> SOPA DE ESTRELLAS (1,3,14) PERRITO CALIENTE (1,3,6,7,11) PATATAS FRITAS TURRON DE CHOCOLATE (1,5,6,7,8)		<b>JUEVES 23</b> SOPA DE ESTRELLAS (1,3,14) PERRITO CALIENTE (1,3,6,7,11) PATATAS FRITAS TURRON DE CHOCOLATE (1,5,6,7,8)		<b>VIERNES 24</b> SOPA DE ESTRELLAS (1,3,14) PERRITO CALIENTE (1,3,6,7,11) PATATAS FRITAS TURRON DE CHOCOLATE (1,5,6,7,8)	

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

1-GLUTEN

2-CRUSTACEOS

3-HUEVO

4-PESCADO

5-FRUTOS DE CASCARA

6-SOJA

7-LECHE

8-CACAHUETES

9-MOSTAZA

10-APIO

11-SESAMO

12-ALTRAMUCES

13-MOLUSCOS

14-SULFITOS



**Estimados padres:**

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

**MIÉRCOLES 1**

Kilocalorías	663
Lípidos	20
Proteínas	21
Hidratos carbono	89

**JUEVES 2**

Kilocalorías	731
Lípidos	23
Proteínas	31
Hidratos carbono	90

**VIERNES 3**

Kilocalorías	712
Lípidos	20
Proteínas	45
Hidratos carbono	84

**LUNES 6**

<b>FESTIVO</b>
----------------

**MARTES 7**

<b>FESTIVO</b>
----------------

**MIÉRCOLES 8**

<b>FESTIVO</b>
----------------

**JUEVES 9**

Kilocalorías	529
Lípidos	18
Proteínas	26
Hidratos carbono	53

**VIERNES 10**

Kilocalorías	631
Lípidos	15
Proteínas	41
Hidratos carbono	80

**LUNES 13**

Kilocalorías	611
Lípidos	21
Proteínas	26
Hidratos carbono	72

**MARTES 14**

Kilocalorías	803
Lípidos	28
Proteínas	21
Hidratos carbono	111

**MIÉRCOLES 15**

Kilocalorías	622
Lípidos	30
Proteínas	21
Hidratos carbono	65

**JUEVES 16**

Kilocalorías	774
Lípidos	27
Proteínas	38
Hidratos carbono	87

**VIERNES 17**

Kilocalorías	642
Lípidos	33
Proteínas	26
Hidratos carbono	53

**LUNES 20**

Kilocalorías	608
Lípidos	18
Proteínas	25
Hidratos carbono	83

**MARTES 21**

Kilocalorías	761
Lípidos	30
Proteínas	31
Hidratos carbono	71

**MIÉRCOLES 22**

Kilocalorías	737
Lípidos	23
Proteínas	22
Hidratos carbono	107