

MENÚ U.E.D.SANTA CLOTILDE DIABETICOS ENERO

NºRGSEAA 26.05434/GR

LUNES 03	MERTES 04	MIERCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07
<p>CREMA DE CALABAZA (patata ECO calabaza, puerro) TORTILLA DE PATATAT CON TOMATE CON ATUN (huevo, calabaza, tomate, atun, patata) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>MARMITAKO DE POLLO (patata ECO, judía, zanahoria, lenguado) MERLUZA CON ENSALADA (merluza, lechuga, zanahoria, remolacha) YOGURT</p>	<p>ALUBIAS ESTOFADAS (judía blanca, zanahoria, tomate, patata ECO) HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA (carne de pollo/ternera, patata) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<h2>FESTIVO</h2>	<p>LENTEJAS A LA CASTELLANA (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) LENGUADO AL HORNO CON ENSALADILLA (lenguado, patata, zanahoria) FRUTA DE TEMPORADA</p>
<p>Energía: 636 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %</p>	<p>Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %</p>	<p>Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %</p>		<p>Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>CAZUELA DE PESCADA (pasta trigo, patata ECO, sofrito, pescada) TORTILLA CON CALABAZA (huevo, calabaza, tomate frito) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>ESTOFADO DE CARNE (carne de pollo, patata ECO, tomate ECO) MERLUZACON ENSALADA (merluza, lechuga, tomate) YOGURT</p>	<p>ARROZ A LA ALICANTINA (carne de cerdo, arroz, tomate ECO) LENGUADO EN SALSA CON ZANAHORA SALTEADA (lenguado, zanahoria) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>LENTEJAS JARDINERAS (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) POLLO EN SALSA DE CASTAÑA CON PATATA DADO (pollo, castaña, sofrito, patata) YOGURT</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA (patata ECO calabaza, puerro) ALBONDIGAS CON TOMATE Y VERDURAS (pollo, ternera, zanahoria, TRIGO, cebolla ECO patata ECO) FRUTA DE TEMPORADA</p>
<p>Energía: 435 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>	<p>Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>	<p>Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %</p>	<p>Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>	<p>Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 12 %</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>ALUBIAS ESTOFADAS (judía blanca, zanahoria, tomate, patata ECO) ABADEJO AL HORNO CON GUISANTES (abadejo, tomate, cebolla, guisantes) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>SOPA ALBONDIGAS (pasta trigo, pollo/ternera, apio, hueso canilla) LENGUADO CON ENSALADA (lenguado, trigo, lechuga, tomate) YOGURT</p>	<p>ARROZ CON CHAMPIÑÓN (arroz, cebolla, ajos, champiñon) CARNE EN SALSA CON PATATA GRATEN (carne de cerdo, patata ECO, sofrito,) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>POTAJE DE GARBANZOS (garbanzos, zanahoria, pimiento rojo, patata ECO) TORTILLA DE PATATA CON CALABAZA COCIDA (huevo, patata, calabaza) YOGURT</p>	<p>CREMA DE CALABAZA (patata ECO calabaza, puerro) LOMO EN SALSA DE CASTAÑA CON ENSALADILLA SALTEADA (lomo cerdo, patata ECO, zanahoria, castaña, sofrito) FRUTA DE TEMPORADA</p>
<p>Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %</p>	<p>Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>	<p>Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %</p>	<p>Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>	<p>Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>LENTEJAS ESTOFADAS (lentejas, patata ECO, zanahorias ECO) LENGUADO CON ENSALADA (lenguado, lechuga, zanahoria, remolacha) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>CREMA DE CLABACIN (patata ECO calabaza, puerro) TORTILLA QUEOS AL HORNO CON CALABACIN (huevo, queso ,calabacín) YOGURT</p>	<p>CAZUELA DE FIDEOS (Pasta trigo, zanahorias ECO, patata ECO) ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATA (pollo, ternera, zanahoria, TRIGO, cebolla ECO patata ECO) FRUTA DE TEMPORADA</p>	<p>COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata ECO, zanahorias ECO) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA (merluza, zanahorias ECO, perejil, guisante, lechuga) YOGURT</p>	<p>SOPA DE PESCADA (tomate ECO, , pescada, cebolla ECO, pasta trigo, patata ECO) PECHUGA AL LIMON CON ENSALADILLA (pechuga pollo, limón, zanahoria, patata, judía) FRUTA DE TEMPORADA</p>
<p>Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %</p>	<p>Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %</p>	<p>Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %</p>	<p>Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %</p>	<p>Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>
LUNES 31				VIERNES 31
<p>CREMA DE PUERRO (patata ECO, calabaza, puerro) CARNE CON TOMATE Y ZANAHORIA SALTEADA (jamón, sofrito, zanahoria, tomate) FRUTA DE TEMPORADA</p>				
<p>Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %</p>				

Verificado por: Laboratorio Jiménez y Medina S.L. CA-114718 (ANTONIO JIMENEZ MEDINA COLEGIADO COBA 0224)