

MENÚ JULIO U.E.D. SANTA CLOTILDE

NºRGSEAA 26.05434/GR

				JUEVES 01	VIERNES 02
				CREMA DE PUERRO (patata ECO, calabaza, puerro) CROQUETAS CASERAS ENSALADA COLORES (lechuga ECO, zanahoria, remolacha, maiz) FRUTA	ARROZ CON CARNE (carne de cerdo, arroz, tomate ECO) FILETE DE LENGUADO EN SALSA CON VERDURITAS (lenguado, cebolla ECO, zanahorias ECO) FRUTA
				Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 31 % Proteína: 12 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %
LUNES 05	MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09	
CREMA DE CALABAZA (patata ECO, calabaza, puerro) VARITA DE MERLUZA (merluza, harina) TOMATE CON ATÚN (tomate, atún) FRUTA	SOPA PICADILLO (tomate ECO, huevo, jamon, cebolla ECO) LOMO ADOBADO CON PATATA (lomo adobado, patata) FRUTA	COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata ECO, zanahorias ECO) ABADEJO EN SALSA CON ZANAHORIAS (cherna, , zanahorias ECO) YOGURT	ESTOFADO DE CARNE (carne de cerdo, patata ECO, tomate ECO) TORTILLA DE QUESO Y CALABACÍN (huevo, queso, calabacín) FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA (patata ECO, calabaza, zanahoria, puerro) PECHUGA EN STROGONOFF CON VERDURA (pollo, NATA,, zanahorias ECO, judía verde) FRUTA	
Energía: 435 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 424 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 12 %	
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	
ARROZ A LA CUBANA (arroz, salchichas, tomate ECO) JAMÓN EN SALSA CON PATATA (patata ECO, carne de jamón, tomate ECO) FRUTA	CREMA DE PATATA (patata ECO, calabaza, puerro) CROQUETAS CASERA (pollo, leche, harina) ENSALADA COLORES (lechuga ECO, zanahoria, remolacha, maiz) FRUTA	SOPA POLLO (tomate ECO, , jamon, cebolla ECO) MEDALLÓN DE MERLUZA CON GUISANTES (merluza, zanahorias ECO, cebolla ECO, guisante) YOGURT	LENTEJAS JARDINERAS (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) TORTILLA DE PATATAS (huevo, patatas) TOMATE FRITO FRUTA	CREMA DE CALABACÍN (patata ECO, calabaza, calabacín, puerro) BOLITAS DE PESCADO EN SALSA CON VERDURAS (bacalao/pescada, tomate, zanahoria, patata) FRUTA	
Energía: 435 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	
LENTEJAS A LA CASTELLANA (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) TORTILLA DE YORK Y JUDIA VERDE (huevo, atun, judía verde) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (patata ECO, calabaza, puerro) CAZON CON TOMATE Y ATUN (cazón, tomate, atun) FRUTA	SOPA MINISTRONE (pasta, zanahorias ECO, calabacín) SALCHICHAS CON TOMATE Y ARROZ (carne de cerdo, tomate frito, arroz) YOGURT	ARROZ CON CARNE (carne de cerdo, arroz, tomate ECO) FILETE DE LENGUADO EN SALSA CON VERDURITAS (lenguado, cebolla ECO, zanahorias ECO) FRUTA	CREMA DE ESPARRAGOS (patata ECO, calabaza, esparragos, puerro) HAMBURGUESA (carne de pollo/ternera) ENSALADA CASERA (lechuga ECO, zanahoria, aceituna) FRUTA	
Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	
COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata ECO, zanahorias ECO) LOMO ADOBADO CON PATATA (lomo adobado, patata) FRUTA	ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, tomate, aceitunas, cebolla) LENGUADO EN SALSA CON VERDURITAS (lenguado, cebolla ECO, zanahorias ECO) FRUTA	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADA (pollo, Pasta trigo, zanahorias ECO) TORTILLA DE PATATAS (huevo, patatas) TOMATE FRITO YOGURT	LENTEJAS ESTOFADAS (lentejas, patata ECO, tomate ECO, zanahorias ECO) ALBONDIGAS CON TOMATE Y VERDURAS (cerdo, zanahoria, TRIGO, cebolla ECO patatas) FRUTA	CREMA DE VERDURAS (patata ECO, calabaza, zanahoria, puerro) DELICIAS DE CALAMAR (calamara, harina) ENSALADA COLORES (lechuga ECO, zanahoria, remolacha, maiz) FRUTA	
Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %	Energía: 456 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	

Verificado por: Laboratorio Jiménez y Medina S.L. CA-114718