

No Carne

MES: Febrero 2023

COLEGIO: CEIP EL PARQUE HUESCA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.</p>		<p>1</p> <p>Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p> <p>VE:3.060/732 GT:28 GS:2 HC:101 AZ:33 PROT:15 SAL:2</p>	<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Medallón de merluza con pisto Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.194/764 GT:14 GS:3 HC:74 AZ:10 PROT:43 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan</p> <p>VE:3.281/785 GT:4 GS:1 HC:114 AZ:29 PROT:32 SAL:2</p>
<p>6</p> <p>Arroz hortelano con legumbres con verduras Huevos con mayonesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.194/764 GT:47 GS:8 HC:109 AZ:27 PROT:28 SAL:1</p>	<p>7</p> <p>Sopa de pasta Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:26 GS:9 HC:77 AZ:26 PROT:39 SAL:1</p>	<p>8</p> <p>Menestra de verduras salteadas Abadejo al horno con puré de patatas Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:18 GS:4 HC:74 AZ:25 PROT:23 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Alubias estofadas con verduras Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:36 GS:6 HC:79 AZ:13 PROT:50 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Pasta con salsa de zanahoria Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:54 GS:4 HC:128 AZ:30 PROT:27 SAL:3</p>
<p>13</p> <p>Salteado de borraja con patatas Tortilla francesa con pisto Fruta y pan</p> <p>VE:3.060/732 GT:18 GS:4 HC:84 AZ:25 PROT:30 SAL:2</p>	<p>14</p> <p>Vichyssoise de garbanzos Medallón de salmón y calabaza al horno con puré de patatas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:33 GS:5 HC:107 AZ:34 PROT:35 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>FESTIVO</p>	<p>16</p> <p>FESTIVO</p>	<p>17</p> <p>FESTIVO</p>
<p>20</p> <p>Puré de patata, puerro y zanahorias Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan</p> <p>VE:3.118/746 GT:15 GS:3 HC:69 AZ:27 PROT:39 SAL:1</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras Rape a la bilbaína con ensalada de tomate Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.122/747 GT:19 GS:2 HC:114 AZ:26 PROT:34 SAL:2</p>	<p>22</p> <p>Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Medallón de merluza al horno Fruta y pan</p> <p>VE:3.043/728 GT:13 GS:4 HC:101 AZ:24 PROT:29 SAL:2</p>	<p>23</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.189/763 GT:24 GS:6 HC:79 AZ:14 PROT:40 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Pasta con salsa de tomate Taco de calamar en tempura y guacamole de brócoli Fruta y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:13 GS:22 HC:137 AZ:28 PROT:33 SAL:1</p>
<p>27</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Albóndigas de merluza y pota en salsa con pisto Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:27 GS:3 HC:93 AZ:29 PROT:21 SAL:2</p>	<p>28</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:26 SAL:2</p>			