



¡¡BIENVENIDOS!!

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y CARNE PICADA - FILETE DE EMPERADOR AL HORNO CON LECHUGA - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 737-Pro:25 13	- SOPA DE COCIDO CON FIDEOS - COMPLEMENTO DE COCIDO (Garbanzos, carne, repollo, chorizo) - YOGUR Y FRUTA NATURAL - PAN Y AGUA Cal: 883-Pro:53,2 14	- ARROZ BLANCO CON TOMATE - TAQUITOS DE MERLUZA REBOZADOS CON LECHUGA Y TOMATE - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 737-Pro:25 8	- PATATAS GUIADAS CON CALAMARES - TORTILLA DE YORK CON ENSALADA DE TOMATE - YOGUR Y FRUTA NATURAL - PAN Y AGUA Cal: 755-Pro:35 9	- CREMA DE VERDURAS NATURALES - ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS FRITAS - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 719-Pro:36 10
- ESPAGUETIS CARBONARA CON NATA Y BACON - VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA CON GUISANTES - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 737-Pro:25 20	- GARBANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS - SALCHICHAS DE PAVO CON PURÉ DE PATATAS - YOGUR Y FRUTA NATURAL - PAN Y AGUA Cal: 755-Pro:35 21	- CREMA DE VERDURAS NATURALES - FILETE DE POLLO AL AJILLO CON PATATAS PANADERA - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 719-Pro:36 15	- ENSALADILLA RUSA CON ATÚN - PATATA, ZANAHORIA, ETC. - FILETE DE LENGUADO AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ - NATILLAS CASERAS Y FRUTA - PAN Y AGUA Cal: 720-Pro:36 16	- SOPA DE PESCADO CON FIDEOS Y CAZÓN - TORTILLA ESPAÑOLA CON LECHUGA Y TOMATE - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 720-Pro:36 17
- CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ATÚN - MERLUZA REBOZADA CON LECHUGA Y TOMATE - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 737-Pro:25 27	- JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN - CINTA DE LOMO ADOBADA CON LECHUGA Y MAÍZ - YOGUR Y FRUTA NATURAL - PAN Y AGUA Cal: 719-Pro:36 28	- LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS - TORTILLA DE YORK CON LECHUGA Y ZANAHORIA - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 755-Pro:35 29	- CREMA DE CALABACÍN - JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA C/ PATATAS PANADERA - MOUSSE DE CHOCO Y FRUTA - PAN Y AGUA Cal: 719-Pro:36 23	- LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO - TORTILLA DE ATÚN CON TOMATE Y PEPINILLO - FRUTA NATURAL Y LECHE - PAN Y AGUA Cal: 755-Pro:35 24
MENÚ ESPECIAL DE CUMPLEAÑOS (Crema de puerros / Pizzas variadas con patatas chips/ Helado) 30				
DÍA NO LECTIVO 31				

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.

La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.

NOTAS:

- Las ensaladas pueden estar compuestas por: lechuga, tomate, zanahoria, maíz, etc...
- Las calorías y proteínas, están valoradas en base a una ración aproximada de 200 gr.
- La fruta diaria es natural y variada según la época del año: naranja, pera, mandarina, manzana, etc...

C.E.I.P. NUESTRA SEÑORA DEL VAL

MES DE: ENERO 2014