

MES:

FEBRERO 2018

COLEGIO

LICEO VERSALLES

PAGINA WEB: www.sicrestauracion.com /CLAVE ACCESO WEB 345685457

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
H.C. (G)		H.C. (G)		H.C. (G)		H.C. (G)	1 SOPA DE LLUVIA	H.C. (G)	2 PATATAS GUIADAS CON CHORIZO BACALAO CON TOMATE
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PROT. (G)	BACALAO CON TOMATE
LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)	Soup	LIP. (G)	POSTRE LACTEO Y PAN
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	Roast Chicken with potatoes Fruit and bread	E (KCAL.)	Stewed potatoes with chorizo Cod in sauce tomato Dairy dessert and bread
							Cena: Menestra de verduras con atún		Cena: tortilla francesa con tomate natural
H.C. (G)	5 ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA AL LIMON CON ZANAHORIA Y PATATAS AL VAPOR FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	H.C. (G)	6 CALABACIN A LA CREMA MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO POSTRE LACTEO Y PAN	H.C. (G)	7 ALUBIAS PINTAS DELICIAS DE PESCADO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	8 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y JAMON YORK FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	9 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo POSTRE LACTEO Y PAN
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	Vegetables puree	PROT. (G)	Noodles soup
LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)	Omelette with chesee and ham york Fruit and bread	LIP. (G)	Chick-peas, morcillo, meat, sausage Dairy dessert and bread
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	Cena: carne guisadas con pasta rehogada	E (KCAL.)	Cena: trucha al horno con ensalada
							15		16
H.C. (G)	12 PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA CINTA DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	H.C. (G)	13 LENTEJAS ESTOFADAS BONITO EMPANADO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	14 CODITOS CON TOMATE Y ATUN TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN	H.C. (G)	15 DIA NO LECTIVO	H.C. (G)	16 DIA NO LECTIVO
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	
LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)	
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	
H.C. (G)	19 PAELLA DE POLLO Y VERDURAS HAMBURGUESA CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	H.C. (G)	20 PATATAS GUIADAS CON MAGRO BOCADITOS DE SEPIA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN	H.C. (G)	21 CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE SAJONIA CON SALSA DE CHAMPIÑON FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	22 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	23 TALLARINES NAPOLITANA (tomate y queso) MERLUZA A LA BILBAINA POSTRE LACTEO Y PAN
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	Noodles soup	PROT. (G)	Neapolitan noodles
LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)	Chick-peas, morcillo, meat, sausage Fruit and bread	LIP. (G)	Bilbaina hake
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	cena: pure de verdura y calamares plancha	E (KCAL.)	Dairy dessert and bread
									Cena: tortilla francesa con calabacin plancha
H.C. (G)	26 FIDEUA CON VERDURAS SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y PATATAS PAJA FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	H.C. (G)	27 LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)	28 DIA DE ANDALUCIA CREMA REINA DE CALABAZA FLAMENQUIN CORDOBES CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	H.C. (G)		H.C. (G)	
PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)		PROT. (G)	
LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)		LIP. (G)	
E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)		E (KCAL.)	

Perfil calórico
recomendado:



Menú elaborado por el departamento de nutrición de **SIC RESTAURACIÓN**