

MES:

SEPTIEMBRE 2018

COLEGIO

LICEO VERSALLES - SIN REBOZAR

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

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

	3	4	5	6	7
H.C. (G)					
PROT. (G)					
LIP. (G)					
E. (KCAL.)					
	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE POLLO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
H.C. (G)					
PROT. (G)					
LIP. (G)					
E. (KCAL.)					
	LENTEJAS GUIADAS MERLUZA EN SALSA DE NARANJA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	CODITOS CON TOMATE Y BACON TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	CREMA DE ZANAHORIA HAMBURGUESA CON PISTO FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO MERLUZA AL HORNO CON PIMIENTO MORRON FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	JUDIAS BLANCAS GUIADAS CINTA DE LOMO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN
H.C. (G)					
PROT. (G)					
LIP. (G)					
E. (KCAL.)					
	FIDEUA DE LA HUERTA SALCHICHAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	CREMA DE ESPINACAS LOMOS DE ATUN CON TOMATE POSTRE LACTEO Y PAN	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	DIA ITALIANO TALLARINES CARBONARA ALBONDIGAS POMODORO FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	PURE DE VERDURAS HUEVOS DUROS CON TOMATE Y JAMON YORK POSTRE LACTEO Y PAN
H.C. (G)					
PROT. (G)					
LIP. (G)					
E. (KCAL.)					
	MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO MERLUZA EN SALSA CON PIMIENTO MORRÓN FRUTA DEL TIEMPO, LECHE Y PAN	LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS TORTILLA DE PATATAS CON CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	ARROZ CON TOMATE FILETE DE SAJONIA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	CREMA DE CALABACIN TILAPIA EN SALSA DE ZANAHORIA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN	SOPA DE LLUVIA POLLO ASADO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN

Perfil calórico recomendado:

10-15%
PROT.

30-35%
LIP.

50-60%
H.C.

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