


MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Septiembre 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS


Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>LILIA FERNÁNDEZ Dietista y Supervisora de centro ARAMARK</p>		1	2	3	4	5	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
6	7	8	9	10	11	12	<p>VE: 2799/670 GT: 25 GS: 6 HC: 90 AZ: 26 PROT: 23 SAL: 3</p>
13	14	15	16	17	18	19	<p>VE: 3132/749 GT: 29 GS: 6 HC: 92 AZ: 27 PROT: 29 SAL: 3</p>
20	21	22	23	24	25	26	<p>VE: 2656/635 GT: 19 GS: 5 HC: 86 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 3</p>
27	28	29	30				<p>VE: 2833/678 GT: 17 GS: 3 HC: 92 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2</p>

(* Recomendación cena (** Recomendación comida // A partir de 18 meses

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Octubre 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración	
<p>YURENA SANTANA Dietista y supervisora de centro ARAMARK</p>					<p>1</p> <p>Crema de calabacín Empanadillas de atún con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>2</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3410/816 GT: 38 GS: 5 HC: 97 AZ: 25 PROT: 19 SAL: 1</p>
<p>4</p> <p>Crema hortelana Albóndigas a la cazadora con puré de papas Yogur y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>Fabada asturiana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>6</p> <p>Crema de espinacas Tortilla española con ensalada de tomate con orégano Natillas y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p>7</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al chilindrón con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>8</p> <p>Crema de legumbres Croquetas de jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>9</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3249/777 GT: 29 GS: 6 HC: 94 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 3</p>	
<p>11</p> <p>Puré de verduras Fideuá Yogur y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>13</p> <p>Crema de guisantes Estofado de ternera a la jardinera Natillas y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>14</p> <p>Potaje de verduras Tortilla paisana con zanahorias baby Fruta de temporada y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p>15</p> <p>Crema de verduras con coliflor Nuggets de pollo con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>16</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 2993/716 GT: 27 GS: 5 HC: 86 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 3</p>	
<p>18</p> <p>Crema de calabaza Lomo con piña con papas panaderas Yogur y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>19</p> <p>Rancho canario Fogonero a la marinera con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>20</p> <p>Puré de acelgas Hamburguesa en salsa de tomate con zanahorias salteadas Natillas y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p>21</p> <p>Potaje de berros Tortilla de verduras con ensalada de tomate con orégano Fruta de temporada y pan (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>22</p> <p>Crema de puerros Varitas de merluza con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Arroz y Fruta)</p>	<p>23</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>24</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2653/635 GT: 19 GS: 4 HC: 89 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 4</p>	
<p>25</p> <p>Puré de zanahoria Salchichas con tomate con papas fritas Yogur y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>26</p> <p>Potaje de verduras Estofado de pollo Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>27</p> <p>Crema de espárragos Coditos (sin huevo) carbonara Natillas y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>28</p> <p>Potaje de garbanzos Merluza encibollada con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>29</p> <p>Crema de calabacín Croquetas de jamón con ensalada mixta Postre lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p>30</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>31</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3215/769 GT: 29 GS: 5 HC: 96 AZ: 28 PROT: 31 SAL: 3</p>	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES