



LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate 		Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 		Calamares encebollados con calabacin salteado 	Cocido completo 
Fruta	Fruta		Fruta	Yogurt 

Energía: 420 kcal . Lipidos: 17,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g . Hidratos de carbono: 38,9 g . Azúcares: 11,9 g . Proteínas: 23,4 g . Sal: 2,4 g . . . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas 	Sopa de picadillo con fideos 	Paella de pollo	Alubias blancas estofadas 	Crema de calabaza
Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y tomate 	Albondigas mixtas a la jardinera (zanahoria, pimiento, tomate y cebolla) con verduras salteadas 	Tortilla de patata con ensalada guarnición 	Merluza al pimentón con champiñón laminado con ensalada 	Lomo asado con verduras al horno con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Yogurt 

Energía: 468 kcal . Lipidos: 22,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,6 g . Hidratos de carbono: 46,5 g . Azúcares: 13,8 g . Proteínas: 15,1 g . Sal: 1,7 g . . . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Arroz a la cubana 	Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	Espaguetis a la crema 
Pollo guisado con puerro, zanahoria, cebolla y tomate con patatas 	Palitos de merluza con ensalada 	Cocido completo 	Tortilla francesa con ensalada 	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 

Energía: 583 kcal . Lipidos: 26,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g . Hidratos de carbono: 56,3 g . Azúcares: 16,8 g . Proteínas: 26,6 g . Sal: 3,2 g . . . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29

Energía: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . . . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

LUNES 1	MARTES 2	MIERCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5

Energía: . Lipidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . . . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.

En todos los menús se incluye agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.

**COLEGIO STA MARIA DEL VALLE**  
**DICIEMBRE 2023 ALERGIA HUEVO-CACAHUETE**



LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate 			
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 			
Fruta	Fruta			
<b>LUNES 11</b>				
Lentejas estofadas 	Sopa casera de ave 	Ensalada mixta 	Alubias blancas estofadas 	Crema de calabaza
Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de ternera a la plancha con verduras salteadas 	Paella de pollo	Merluza al pimentón con champiñón laminado con ensalada 	Lomo asado con verduras al horno con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Yogurt 
<b>LUNES 18</b>				
Arroz con tomate 	Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	COMIDA ESPECIAL
Pollo guisado con puerro, zanahoria, cebolla y tomate con patatas 	Merluza a la plancha con ensalada 	Chuleta de pavo con champiñón salteado 	Filete de ternera a la plancha con ensalada 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<b>LUNES 25</b>				
<b>LUNES 1</b>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				



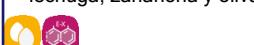
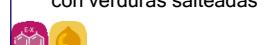
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Acelgas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate 			
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 			
Fruta	Fruta			
<b>LUNES 11</b>				
Pasta con pimiento rojo y verde 	Sopa de picadillo con fideos 	Paella de pollo	Coliflor al estilo casero 	Crema de calabaza
Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de ternera a la plancha	Tortilla de patata con ensalada guarnición 	Merluza al pimentón con champiñón laminado con ensalada 	Lomo asado con verduras al horno con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 	Yogurt 
<b>LUNES 18</b>				
Arroz a la cubana 	Crema de verduras (*) 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	7 CA -85`9GD97-5@
Pollo guisado con puerro, zanahoria, cebolla y tomate con patatas 	Merluza a la plancha con ensalada 	Chuleta de pavo con champiñón salteado 	Tortilla francesa con ensalada 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<b>LUNES 25</b>				
<b>LUNES 1</b>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				



LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Acelgas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate 			
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 			
Fruta apta	Fruta apta			
<b>LUNES 11</b>				
Pasta con pimiento rojo y verde 	Sopa de picadillo con fideos 	Paella de pollo	Coliflor al estilo casero 	Crema de calabaza
Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de ternera a la plancha	Tortilla de patata con ensalada guarnición 	Merluza al pimentón con champiñón laminado con ensalada 	Lomo asado con verduras al horno con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 	Yogur desnatado natural 
<b>LUNES 18</b>				
Arroz a la cubana 	Crema de verduras (*) 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	7 CA -85`9GD97-5@
Pollo guisado con puerro, zanahoria, cebolla y tomate con patatas 	Merluza a la plancha con ensalada 	Chuleta de pavo con champiñón salteado 	Tortilla francesa con ensalada 	
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	
<b>LUNES 25</b>				
<b>LUNES 1</b>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				

**COLEGIO STA MARIA DEL VALLE**  
**DICIEMBRE 2023 INTOLERANCIA LACTOSA**



LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate 			
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 			
Fruta	Fruta			
<b>LUNES 11</b>				
Lentejas estofadas 	Sopa de picadillo con fideos 	Paella de pollo	Alubias blancas estofadas 	Crema de calabaza
Limanda al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de ternera a la plancha con verduras salteadas 	Tortilla de patata con ensalada guarnición 	Merluza al pimentón con champiñón laminado con ensalada 	Lomo asado con verduras al horno con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>LUNES 18</b>				
Arroz a la cubana 	Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	7 CA -85`9GD97-5@
Pollo guisado con puerro, zanahoria, cebolla y tomate con patatas 	Merluza a la plancha con ensalada 	Chuleta de pavo con champiñón salteado 	Tortilla francesa con ensalada 	
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
<b>LUNES 25</b>				
<b>LUNES 1</b>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				



LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Acelgas al estilo casero 	Arroz blanco hervido (*) 			
Tortilla francesa con lechuga 	Merluza al horno 			
Fruta apta	Fruta apta			
<b>LUNES 11</b>				
Pasta con pimiento rojo y verde 	Sopa de picadillo con fideos 	Paella de pollo	Coliflor al estilo casero 	Berenjena a la plancha
Limanda al horno con lechuga 	Filete de ternera a la plancha	Tortilla de patata 	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Lomo asado con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 	Yogur desnatado natural 
<b>LUNES 18</b>				
Arroz blanco hervido (*) 	Acelgas al estilo casero 	Sopa casera de pollo 	Patatas guisadas a la marinera 	COMIDA ESPECIAL
Pechuga de pavo a la plancha con patatas 	Merluza a la plancha con lechuga 	Chuleta de pavo con champiñón salteado 	Tortilla francesa 	
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	
<b>LUNES 25</b>				
<b>LUNES 1</b>				
En todos los menús se incluye agua y pan. 				