

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

**MES:** Diciembre 2021

**COLEGIO:** CHAMBERI

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>*Esta dieta está supervisada y firmada por la dietista titulada M<sup>a</sup> Auxiliadora García Encinosa</p>		<p><b>1</b></p> <p>Sopa de fideos Atún en salsa con papas al vapor Fruta y pan Noodle soup Tuna with sauce with steamed potatoes Fruit and bread</p>	<p><b>2</b></p> <p>Crema de bubango Jamoncitos de pollo al ajillo con menestra de verduras salteadas Yogur y pan Zucchini cream Chicken drumsticks in garlic sauce with vegetable stew Yoghurt and bread</p>	<p><b>3</b></p> <p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y patata) Pasta con salsa de tomate Fruta y pan Vegetables cream Pasta with tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>VE: 2720/651 GT: 18 GS: 3 HC: 90 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3</p>
<b>6</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>7</b>  <b>NO LECTIVO</b>	<b>8</b>  <b>FESTIVO</b>	<p><b>9</b></p> <p><b>*JUDIAS COMPUESTAS</b> Rancho canario Judías verdes con arroz Yogur y pan Canary island stew Green beans with rice Yoghurt and bread</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de bubango Escalope de cerdo con ensalada de tomate Fruta y pan Zucchini cream Pork escalope (breaded steak) with tomato salad Fruit and bread</p>	<p>VE: 3135/750 GT: 24 GS: 5 HC: 104 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2</p>
<p><b>13</b></p> <p>Puré de acelgas Arroz a la cubana Fruta y pan Swiss chard purée Cuban style rice Fruit and bread</p>	<p><b>14</b></p> <p>Potaje de verduras Flamenquines con ensalada paraguaya Yogur y pan Vegetables stew Flamenquines (ham-stuffed steak roll) with paraguayan salad Yoghurt and bread</p>	<p><b>15</b></p> <p><b>*POLLO EN ADOBO</b> Crema de zanahoria Pollo en salsa con salteado de verduras Fruta y pan Carrot cream Chicken in sauce with sautéed vegetables Fruit and bread</p>	<p><b>16</b></p> <p>Sopa de pollo con fideos Salpicón de atún con papas guisadas Yogur y pan Chicken soup with noodles Tuna salad au vinaigrette with boiled potatoes Yoghurt and bread</p>	<p><b>17</b></p> <p><b>*PASTA GRATINADA</b> Crema de verduras Pasta a la boloñesa Fruta y pan Vegetables cream Pasta bolognese Fruit and bread</p>	<p>VE: 3020/722 GT: 21 GS: 4 HC: 104 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p><b>20</b></p> <p>Potaje de berros Croquetas con ensalada Fruta y pan Watercress stew Croquettes with salad Fruit and bread</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de calabaza Tortilla francesa con queso Yogur y pan Pumpkin soup French omelette with cheese Yoghurt and bread</p>	<p><b>22</b></p> <p><b>*SOLOMILLO DE CERDO</b> Sopa de Navidad Lomo asado con salsa de manzana con papas fritas Tarta de Navidad y pan Christmas soup Grilled loin with applesauce with french fries Christmas cake and bread</p>	<b>23</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<b>24</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<p>VE: 3157/755 GT: 28 GS: 8 HC: 95 AZ: 21 PROT: 31 SAL: 4</p>
<b>27</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<b>28</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<b>29</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<b>30</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<b>31</b>  <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>