

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
	1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Tortilla de brócoli con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral	2 Sopa de verduras con pasta Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado Yogur y pan integral	3 Crema de verduras con picatostes integrales Tortilla de calabacín con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral	4 FESTIVO	VE: 2648/634 GT: 21 GS: 3 HC: 91 AZ: 19 PROT: 30 SAL: 2
7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 Fideos a la cazuela marinera Croquetas de espinacas con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	10 Cocido de garbanzos Menestra de verduras con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral	11 Puré de calabacín con picatostes integrales Pizza vegetal con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan integral	VE: 3512/840 GT: 33 GS: 6 HC: 121 AZ: 25 PROT: 27 SAL: 3
14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Tortilla francesa de atún con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral	15 Macarrones con salsa de tomate con queso Empanadillas de atún con ensalada de col Fruta de temporada y pan integral	16 Arroz con salsa de tomate Caella en salsa con ensalada de lechuga Yogur y pan integral	17 Crema de calabaza con picatostes integrales Revuelto de espárragos con ensalada de lechuga y atún Fruta de temporada y pan integral	18 JORNADA NAVIDEÑA Sopa de verduras con pasta Lasaña vegetal con patatas fritas Postre especial y pan integral	VE: 2971/711 GT: 25 GS: 4 HC: 99 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 3
21 Arroz con verduras Huevos con tomate con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral	22 Puré de verduras con picatostes integrales Albóndigas de atún en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	23 VACACIONES DE NAVIDAD	24 VACACIONES DE NAVIDAD	25 VACACIONES DE NAVIDAD	VE: 2843/680 GT: 16 GS: 2 HC: 112 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD	30 VACACIONES DE NAVIDAD	31 VACACIONES DE NAVIDAD		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0