



Todos nuestros platos están elaborados con aceite de oliva y con la condimentación adecuada siguiendo la Estrategia Naos de Aecosan <http://www.aecosan.msssi.gob.es>. El pan en torno a 40-60 g.

OCTUBRE 2023

Medias semanales	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Kcal: 660.8 Proteínas: 21.95 % Hidratos: 38.9 % Lípidos: 39.15 %	2/10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	3/10 TIBURONES CON TOMATE MERLUZA A ROMANA CON LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA	4/10 PATATAS CON SETAS SOLOMILLO DE CERDO A LA PLANCHA FRUTA DE TEMPORADA	5/10 ARROZ A LA ZAMORANA FILETE DE TERNERA CON PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA	6/10 MENESTRA DE VERDURAS PATATAS, HUEVOS FRITOS Y JAMÓN POSTRE DEL DIA
	9/10 GUISO DE PATATAS CON CHORIZO POLLO ASADO AL ENELDO FRUTA DE TEMPORADA	10/10 ARROZ CON VERDURAS TERNERA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	11/10 ALUBIAS PINTAS FILETES DE CERDO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	12/10 NO LECTIVO	13/10 POTE GALLEGO PESCADO FRESCO CON ENSALADA POSTRE DEL DIA
Kcal: 605.72 Proteínas: 23.49 % Hidratos: 45.1 % Lípidos: 31.67 %	16/10 ARROZ A LA CUBANA ALITAS DE POLLO AL LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA	17/10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	18/10 PATATAS CON ATÚN COSTILLAS DE CERDO BBQ FRUTA DE TEMPORADA	19/10 SOPA DE PESCADO MINI CACHOPO CON ESPARRAGOS TRIGUEROS FRUTA DE TEMPORADA	20/10 PURRUSALDA MAGRO CON TOMATE POSTRE DEL DIA
	23/10 FRIJOL NEGRITO CON ARROZ POLLO GUISADO FRUTA DE TEMPORADA	24/10 SALTEADO DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA RELLENA DE JAMON Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA	25/10 PATATAS CON BACALAO PAVO EN SALSA FRUTA DE TEMPORADA	26/10 ARROZ CON CHISTORRA MERLUZA CON BECHAMEL FRUTA DE TEMPORADA	27/10 PISTO CON HUEVO FRITO FILETE DE CERDO A LA PLANCHA
Kcal: 590.54 Proteínas: 21.87 % Hidratos: 42.1 % Lípidos: 35.45 %	30/10 PURÉ DE ZANAHORIA POLLO ASADO CON ENSALADA DE QUESO Y NUECES FRUTA DE TEMPORADA	31/10 FIDEUA DE MAR CARNE ESTOFADA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	1/11 ALUBIAS PINTAS SAN JACOBOS CON RODAJA DE TOMATE Y CEBOLLA	2/11 REPOLLO AL GRATIN SALMÓN A LA NARANJA FRUTA DE TEMPORADA	3/11 ENSALADA MIXTA FILETE DE TERNERA CON PATATA ASADA POSTRE DEL DIA
	Kcal: 636.81 Proteínas: 19.38 % Hidratos: 49.1 % Lípidos: 31.18 %				

NOMBRE DEL CENTRO: COLEGIO SAN VIATOR