

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED**  
**ABRIL 2007**

LUNES - Día2-	MARTES - Día3-	MIÉRCOLES - Día4-	JUEVES - Día5 -	VIERNES - Día 6-
<b>NO LECTIVO</b>	<b>NO LECTIVO</b>	<b>NO LECTIVO</b>	<b>FESTIVO</b> <b>Jueves Santo</b>	<b>FESTIVO</b> <b>Viernes Santo</b>
- Día 9-  <b>NO LECTIVO</b>	- Día 10- Arroz blanco con tomate Salchichas Frankfurt con Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta y pan  Calorías:734    Lípidos:35 Proteínas: 35    Hcarbono: 70	- Día 11- Garbanzos Estofados con Verduras y Chorizo Merluza Empanada con Ensalada de Lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan Calorías:757    Lípidos:21 Proteínas:29    Hcarbono:115	- Día 12- Sopa de cocido Cocido completo, (garbanzos, carne de pollo, ternera, chorizo y repollo). Fruta, y pan Calorías:647    Lípidos:18 Proteínas:28    Hcarbono:93	- Día 13- Puré de verduras Pollo Asado en su Jugo con Patatas Yogur y pan Calorías:624    Lípidos:29 Proteínas:29    Hcarbono:64
- Día 16- Espirales con tomate Lomitos de Rosada con lechuga Fruta, leche y pan  Calorías: 808    Lípidos: 26 Proteínas: 35    Hcarbono: 110	-Día 17- Judías blancas estofadas con patata, pimiento, zanahoria y chorizo. Tortilla Francesa con queso y Ensalada de Lechuga Yogurt, y pan Calorías: 733    Lípidos: 31 Proteínas: 26    Hcarbono: 86	- Día 18- Crema de calabacín Filete de Ternera a la plancha con patatas fritas Fruta y Pan Calorías:620    Lípidos:30 Proteínas:25    Hcarbono:62	- Día 19- Arroz milanese San jacob con lechuga y tomate Yogurt y pan Calorías:799    Lípidos:40 Proteínas:16    Hcarbono:95	- Día 20- Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pescado con Ensalada de Lechuga Fruta, leche y pan Calorías:850    Lípidos:34 Proteínas:39    Hcarbono:98
- Día 23- Arroz con tomate Croquetas y empanadillas con Ensalada de Lechuga y aceitunas Fruta y pan Calorías:819    Lípidos:36 Proteínas:30    Hcarbono:90	- Día 24- Sopa de estrellas Filete de pollo con ensalada. Yogur y pan Calorías: 760    Lípidos: 32 Proteínas: 27    Hcarbono: 91	- Día 25- Macarrones gratinados con tomate y queso Filete de Pescado con lechuga y zanahoria. Fruta, leche y Pan Calorías:862    Lípidos:31 Proteínas:41    Hcarbono:105	- Día 26- Crema de Puerro Albóndigas de Ternera en Salsa con Patatas Flan, y pan Calorías:750    Lípidos:33 Proteínas: 24    Hcarbono: 69	- Día 27- Garbanzos Estofados con Verduras y Chorizo Huevos villaroy con ensalada Fruta, y pan Calorías:712    Lípidos:28 Proteínas:26    Hcarbono:89
- Día 30- <b>NO LECTIVO</b>				

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria