

MES:

FEBRERO 2012

COLEGIO:

ESPIRITU SANTO

LUNES
Monday

MARTES
Tuesday

MIERCOLES
Wednesday

JUEVES
Thursday

VIERNES
Friday

<p>HC</p> <p>PROTEINAS</p> <p>GRASAS</p> <p>CALORIAS</p>		<p>HC</p> <p>PROTEINAS</p> <p>GRASAS</p> <p>CALORIAS</p>		<p>1</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Soup of stew with noodles Chick-peas, bacon, meat, sausage Fruit / Bread</p> <p>Cena: Ensalada campera</p>	<p>2</p> <p>ARROZ CON POLLO</p> <p>HAMBURGUESA PLANCHA CON KETCHUP Y PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Rice with chicken Hamburger with potatoes and ketchup Fruit / Bread</p> <p>Cena: Salmon en papillote</p>	<p>3</p> <p>MACARRONES CON TOMATE Y CARNE PICADA DELICIAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>Macaroni with tomato and minced meat Fish delights with salad of lettuce Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Pincho moruno con pifia y pimientos</p>
<p>6</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS JAMON YORK VILLEROY CON PATATAS CHIPS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Green beans Villeroy of york with potatoes chips Fruit / Bread</p> <p>Cena: Emperador con patatas al vapor</p>		<p>7</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO CON PATATAS YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>Lentils with vegetables Chicken strips with potatoes Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Gallito a la plancha con lechuga y tomate</p>		<p>8</p> <p>ARROZ BLANCO CON TOMATE BONITO EMPANADO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Rice with tomato Baked tuna with lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Huevos rellenos con tomate</p>	<p>9</p> <p>CREMA DE CALABACIN</p> <p>ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Cream of zucchini Veal meatballs with potatoes Fruit / Bread</p> <p>Cena: Calamares a la romana con tomates</p>	<p>10</p> <p>ALUBIAS PINTAS</p> <p>SALCHICHAS FRANKFURT CON PATATAS FRITAS YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>White beans stewed Sausages with potatoes Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Esparragos con mahonesa y tortilla francesa</p>
<p>13</p> <p>CODITOS CON TOMATE Y CHORIZO MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Coditos with tomato and chorizo Hake breaded with salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Ternera a la plancha con tomatillo cherry</p>		<p>14</p> <p>PURE DE VERDURAS</p> <p>CINTA DE LOMO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Mash of vegetables Pork loin with and salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Empanadillas de atun con arroz 3 delicias</p>		<p>15</p> <p>PAELLA MIXTA</p> <p>LENGUADO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Paella Bread sole with salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Filete de pollo empanado con lechuga</p>	<p>16</p> <p>SOPA DE PICADILLO</p> <p>POLLO ASADO AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Soup Roast chicken with potatoes Fruit / Bread</p> <p>Cena: Merluza en salsa con zanahoria baby</p>	<p>17</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>Lentils with vegetables Omelette with salad of lettuce Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Croquetas de jamon con ensalada mixta</p>
<p>20</p> <p>ARROZ BLANCO CON TOMATE FILETE DE SAJONIA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Rice with tomato Filet of sajonia with potatoes Fruit / Bread</p> <p>Cena: Ternera a la plancha con tomatillo cherry</p>		<p>21</p> <p>JUDIA BLANCAS GUIADAS HAMBURGUESA PLANCHA CON PATATAS Y KETCHUP YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>White beans stewed Hamburger with potatoes and ketchup Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Mero en salsa con verduras</p>		<p>22</p> <p>CREMA DE ZANAHORIAS</p> <p>LENGUADO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Cream of carrot Sole bread with salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Cinta de lomo con patatas</p>	<p>23</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO garbanzos, tocino, morcillo, chorizo FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Soup of stew with noodles Chick-peas, bacon, meat, sausage Fruit / Bread</p> <p>Cena: Ensa.ada de pasta con atún</p>	<p>24</p> <p>MACARRONES CON TOMATE Y QUESO EMPANADILLA DE ATUN CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR DE SABORES Y PAN</p> <p>Macaroni with tomato and cheese Tuna pie with salad of lettuce Yoghurt/Bread</p> <p>Cena: Ternera a la plancha con tomatillos cherry</p>
<p>27</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Lentils with vegetables Omelette with salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Canelones de carne</p>		<p>28</p> <p>ARROZ CON POLLO</p> <p>RABAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Rice with chicken Rabas of squid with salad of lettuce Fruit / Bread</p> <p>Cena: Pollo a la plancha con ensalada de pimientos</p>		<p>29</p> <p>SOPA DE LLUVIA</p> <p>JAMON ASADO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN</p> <p>Soup Ham roasted to the oven with potatoes Fruit / Bread</p> <p>Cena: Pescado en salsa con verduras</p>	<p>Cena:</p>	