

## DICIEMBRE 2018 - COLEGIO SAGRADO CORAZÓN

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
-DÍA 3- <i>Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 4- <i>Arroz milanesa Filete de merluza rebozado con lechuga y tomate Yogur y pan</i>				-DÍA 5- <i>Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>				-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>			
Kcal:644	Prot:17	Lip:32	HC:67	Kcal:710	Prot:31	Lip:22	HC:95	Kcal:763	Prot:43	Lip:29	HC:75								
-DÍA 10- <i>Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 11- <i>Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan</i>				-DÍA 12- <i>Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 13- <i>Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 14- <i>Espaguetis napolitana Lomitos de rosada con lechuga y maíz Yogur y pan</i>			
Kcal:758	Prot:28	Lip:32	HC:80	Kcal:664	Prot:48	Lip:21	HC:63	Kcal:822	Prot:22	Lip:32	HC:111	Kcal:817	Prot:39	Lip:28	HC:97	Kcal:777	Prot:28	Lip:28	HC:101
-DÍA 17- <i>Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 18- <i>Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan</i>				-DÍA 19- <i>Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan</i>				-DÍA 20- <i>Sopa de letras Pizza Postre de navidad y pan</i>				-DÍA 21- <i>Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan</i>			
Kcal:902	Prot:48	Lip:42	HC:75	Kcal:645	Prot:28	Lip:24	HC:70	Kcal:787	Prot:36	Lip:27	HC:95	Kcal:717	Prot:27	Lip:29	HC:88	Kcal:677	Prot:27	Lip:27	HC:80
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>				-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>				-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>				-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>				-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>			
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>																			

Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, pueden informarse en la web [www.enasui.com](http://www.enasui.com) de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

**DOS VECES POR SEMANA SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanés Filete de merluza rebozado con lechuga y tomate Yogur y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana Lomitos de rosada con lechuga y maíz Yogur y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pollo asado en su jugo con lechuga Fruta y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN FRUTOS SECOS SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanesa Filete de merluza rebozado con lechuga y tomate Yogur y pan	-DÍA 5- Sopa de fideos Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana Lomitos de rosada con lechuga y maíz Yogur y pan
-DÍA 17- Crema de verduras Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pizza Postre de navidad y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN LENTEJAS SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanés Filete de merluza rebozado con lechuga Yogur y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con verduras Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis con verduras Lomitos de rosada con lechuga y maíz Yogur y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones con verduras Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pollo asado en su jugo con lechuga Postre de navidad y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN TOMATE</b> <b>No se cocinará con tomate</b> <b>SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>-DÍA 3-</b> <i>Judías verdes rehogadas</i> <i>Tortilla Española con lechuga y maíz</i> <i>Fruta, leche y pan</i>	<b>-DÍA 4-</b> Arroz milanesa <b>Pechuga de pavo con lechuga y tomate</b> Yogur y pan	<b>-DÍA 5-</b> Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 6-</b> <b>FESTIVO</b>	<b>-DÍA 7-</b> <b>NO LECTIVO</b>
<b>-DÍA 10-</b> Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 11-</b> Judías blancas con chorizo <b>Cinta de lomo fresca con verduras</b> Yogur y pan	<b>-DÍA 12-</b> Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 13-</b> Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 14-</b> Espaguetis napolitana <b>Pollo asado en su jugo con lechuga y maíz</b> Yogur y pan
<b>-DÍA 17-</b> Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 18-</b> Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	<b>-DÍA 19-</b> Macarrones boloñesa <b>Tortilla francesa con lechuga</b> Fruta, leche y pan	<b>-DÍA 20-</b> Sopa de letras Pizza Postre de navidad y pan	<b>-DÍA 21-</b> Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
<b>-DÍA 24-</b> <b>NO LECTIVO</b>	<b>-DÍA 25-</b> <b>FESTIVO</b>	<b>-DÍA 26-</b> <b>NO LECTIVO</b>	<b>-DÍA 27-</b> <b>NO LECTIVO</b>	<b>-DÍA 28-</b> <b>NO LECTIVO</b>
<b>-DÍA 31-</b> <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN PESCADO SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- <i>Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 4- <i>Arroz milanesa Filete de merluza rebozado con lechuga y tomate Yogur y pan</i>	-DÍA 5- <i>Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- <i>Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 11- <i>Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan</i>	-DÍA 12- <i>Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 13- <i>Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 14- <i>Espaguetis napolitana Lomitos de rosada con lechuga y maíz Yogur y pan</i>
-DÍA 17- <i>Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 18- <i>Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan</i>	-DÍA 19- <i>Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan</i>	-DÍA 20- <i>Sopa de letras Pizza Postre de navidad y pan</i>	-DÍA 21- <i>Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan</i>
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN MARISCO SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Pechuga de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanesa Filete de merluza al horno con lechuga y tomate Yogur y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate Pollo asado en su jugo con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana Filete de merluza al horno con lechuga y maíz Yogur y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa Bacalao al horno con lechuga Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pollo asado en su jugo con lechuga Fruta y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<p><b>MENÚ SIN HUEVO</b></p> <p><b>Toda la pasta de este menú es apta para alérgicos al huevo.</b></p> <p><b>SAGRADO CORAZÓN</b></p>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas <b>Pechuga de pavo con lechuga y maíz</b> Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanesa <b>Cinta de lomo fresca con lechuga y tomate</b> Yogur y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo <b>Cinta de lomo fresca en salsa con verduritas</b> Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate <b>Pollo asado en su jugo con patatas</b> Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana <b>Pechuga de pavo con lechuga y maíz</b> Yogur y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa <b>Pechuga de pavo con lechuga</b> Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras <b>Pollo asado en su jugo con lechuga</b> Fruta y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN HUEVO NI PESCADO</b> <b>Toda la pasta de este menú es apta para alérgicos al huevo.</b> <b>SAGRADO CORAZÓN</b>			



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta, leche y pan	-DÍA 4- Arroz milanés Filete de merluza al horno con lechuga y tomate Yogur y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Ternera asada con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Yogur y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta, leche y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana Filete de merluza al horno con lechuga y maíz Yogur y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta, leche y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Ternera asada en salsa con verduras Yogur y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta, leche y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pollo asado en su jugo con lechuga Fruta y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta, leche y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN GLUTEN</b> <b>Todo el pan y la pasta de este menú es apta para celíacos.</b> <b>SAGRADO CORAZÓN</b>			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-DÍA 3- Judías verdes rehogadas Tortilla Española con lechuga y maíz Fruta y pan	-DÍA 4- Arroz milanese Filete de merluza al horno con lechuga y tomate Fruta y pan	-DÍA 5- Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta y pan	-DÍA 6- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 7- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 10- Crema de verduras Hamburguesa de ternera con patatas Fruta y pan	-DÍA 11- Judías blancas con chorizo Bacalao en salsa con verduritas Fruta y pan	-DÍA 12- Arroz con tomate Huevos fritos con patatas Fruta y pan	-DÍA 13- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan	-DÍA 14- Espaguetis napolitana Filete de merluza al horno con lechuga y maíz Fruta y pan
-DÍA 17- Lentejas a la hortelana Cinta de lomo adobada en salsa con patatas Fruta y pan	-DÍA 18- Patatas a la riojana Albóndigas de ternera en salsa con verduras Fruta y pan	-DÍA 19- Macarrones boloñesa Tortilla de atún con lechuga Fruta y pan	-DÍA 20- Sopa de letras Pollo asado en su jugo con lechuga Fruta y pan	-DÍA 21- Crema de puerro y zanahoria Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta y pan
-DÍA 24- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 25- <b>FESTIVO</b>	-DÍA 26- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 27- <b>NO LECTIVO</b>	-DÍA 28- <b>NO LECTIVO</b>
-DÍA 31- <b>NO LECTIVO</b>	<b>MENÚ SIN LACTOSA NI PROTEÍNA LÁCTEA SAGRADO CORAZÓN</b>			