

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2025

DIOCESANO NTRA SRA DE LAS MERCEDES

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>3</p> <p>Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.103/742 GT:23 GS:4 HC:104 AZ:20 PROT:31 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Arroz tres delicias Merluza al ajoarriero con judías verdes salteadas Yogur y pan</p> <p>VE:2.822/675 GT:9 GS:4 HC:110 AZ:13 PROT:36 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Sopa de ave Pollo asado al jugo con pisto Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:2.565/614 GT:12 GS:2 HC:81 AZ:21 PROT:46 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>Macarrones al pomodoro Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral</p> <p>VE:4.096/980 GT:48 GS:9 HC:114 AZ:17 PROT:30 SAL:2</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín Estofado a la jardinera Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:2.462/589 GT:18 GS:4 HC:69 AZ:22 PROT:35 SAL:1</p>
<p>10</p> <p>Coditos a la carbonara San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.928/940 GT:35 GS:5 HC:124 AZ:26 PROT:38 SAL:2</p>	<p>11</p> <p>Cascote sevillano Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan</p> <p>VE:2.802/670 GT:28 GS:7 HC:75 AZ:13 PROT:35 SAL:3</p>	<p>12</p> <p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:2.667/638 GT:7 GS:0 HC:111 AZ:18 PROT:33 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>Sopa de ave Albóndigas a la jardinera Yogur y pan integral</p> <p>VE:2.523/604 GT:25 GS:11 HC:63 AZ:13 PROT:36 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>Crema de zanahoria Lomo asado con arroz pilaf Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:2.771/663 GT:14 GS:4 HC:97 AZ:25 PROT:32 SAL:2</p>
<p>17</p> <p>Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.050/730 GT:15 GS:2 HC:117 AZ:19 PROT:28 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Puchero Salchichas con zanahorias salteadas Yogur y pan</p> <p>VE:2.826/676 GT:22 GS:8 HC:86 AZ:20 PROT:34 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras Pollo asado al limón con patatas fritas Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.565/853 GT:38 GS:6 HC:86 AZ:23 PROT:41 SAL:1</p>	<p>20</p> <p>Arroz a la napolitana Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral</p> <p>VE:4.050/969 GT:47 GS:8 HC:123 AZ:11 PROT:23 SAL:3</p>	<p>21</p> <p>Patatas guisadas Ventresca de merluza al limón con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.118/746 GT:23 GS:2 HC:101 AZ:23 PROT:36 SAL:3</p>
<p>24</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:3.223/771 GT:38 GS:7 HC:90 AZ:22 PROT:28 SAL:2</p>	<p>25</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p> <p>VE:3.634/869 GT:33 GS:6 HC:108 AZ:14 PROT:33 SAL:4</p>	<p>26</p> <p>Sopa de fideos Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan</p> <p>VE:2.420/579 GT:21 GS:4 HC:73 AZ:21 PROT:22 SAL:1</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO</p>	<p>28</p> <p>FESTIVO</p>