

MES: Diciembre 2022

COLEGIO: PRINCESA SOFIA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a></p>			<p>1</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.102/742 GT:21 GS:6 HC:101 AZ:29 PROT:40 SAL:1</p>	<p>2</p> <p>Macarrones con chorizo Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Macaroni with chorizo sausage Tuna omelette with lettuce, carrot &amp; olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:4 HC:109 AZ:27 PROT:29 SAL:1</p>
<p>5</p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>	<p>6</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>7</p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>	<p>8</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>9</p> <p>Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.899/694 GT:11 GS:1 HC:106 AZ:25 PROT:40 SAL:1</p>
<p>12</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lacón al horno con patatas panaderas Yogur de soja y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:3.274/783 GT:21 GS:4 HC:103 AZ:6 PROT:44 SAL:2</p>	<p>13</p> <p>Crema de verduras con picatostes Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetables cream with croutons French omelette with lettuce &amp; carrot Fruit and bread</p> <p>VE:2.257/540 GT:19 GS:1 HC:81 AZ:28 PROT:17 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>Espirales con tomate Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan integral Spirals with tomato sauce Andalusian style sole with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.487/834 GT:20 GS:2 HC:125 AZ:24 PROT:44 SAL:2</p>	<p>15</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.102/742 GT:21 GS:6 HC:101 AZ:29 PROT:40 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>Arroz con magro Filete de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta y pan Rice with pork loin Hake in green sauce with sautéed peas Fruit and bread</p> <p>VE:2.987/715 GT:5 GS:0 HC:124 AZ:29 PROT:40 SAL:1</p>
<p>19</p> <p>Lentejas a la jardinera Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan Vegetables lentils Scrambled eggs with turkey with lettuce and sweetcorn salad Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.327/557 GT:9 GS:1 HC:83 AZ:4 PROT:27 SAL:1</p>	<p>20</p> <p>Tallarines con salsa de tomate Fogonero con mojo con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Pollock with mojo sauce with green salad with pepper and olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.031/725 GT:17 GS:2 HC:106 AZ:27 PROT:36 SAL:2</p>	<p>21</p> <p>Crema de zanahoria Estofado de ternera con arroz salteado Fruta y pan integral Carrot cream Beef stew with sautéed rice Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.018/722 GT:18 GS:5 HC:108 AZ:31 PROT:32 SAL:2</p>	<p>22</p> <p><b>COMIDA ESPECIAL APTA</b></p>	<p>23</p>
<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>