



Colegio Verdemar

# MENÚ ESCOLAR DICIEMBRE 2017

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES							
																<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">1</div> Patatas a la Riojana San Jacobos Melocotón en almíbar <i>A/M.</i> : Bocadillo de Pavo							
																V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.							
																1182,9   122,0   54,8   50,4							
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">4</div> Lentejas estofadas Lomo con ensalada Plátano <i>A/M.</i> : Bocadillo de chorizo				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">5</div> Garbanzos con verdura Pollo en salsa Naranja <i>A/M.</i> : Bocadillo de salchichón				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">6</div> <b>FESTIVO</b>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">7</div> <b>NO LECTIVO</b>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">8</div> <b>FESTIVO</b>							
V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.																			
1114,5   120,9   57,3   53,8				1214,5   100,7   61,6   64,4																			
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">11</div> Espaguetis con tomate Pechuga de pollo con ensalada Manzana <i>A/M.</i> : Bocadillo de mortadela				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">12</div> Alubias pintas Tortilla de patata Pera <i>A/M.</i> : Bocadillo de chorizo				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">13</div> Puré de verdura Filete con patatas Yogurt <i>A/M.</i> : Chocolatina				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">14</div> Lentejas guisadas Hamburguesa salsa zanahoria Naranja <i>A/M.</i> : Bocadillo de salchichón				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">15</div> Cocido Lebaniego Pescado al horno Melocotón en almíbar <i>A/M.</i> : Bocadillo de queso							
V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.							
1313,2   129,3   63,4   56,3				1188,6   129,9   52,1   49,9				824,6   81,8   41,4   31,2				1254,1   124,3   58,4   57,9				1176,0   114,1   45,6   77,4							
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">18</div> Lentejas guisadas Pollo en salsa Plátano <i>A/M.</i> : Bocadillo de chorizo				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">19</div> Arroz con tomate Salchichas con ketchup y patatas Manzana <i>A/M.</i> : Bocadillo de salchichón				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">20</div> Sopa de fideos Carne con tomate Yogurt <i>A/M.</i> : sobao				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">21</div> Cocido Montañés Pescado al horno Melocotón en almíbar <i>A/M.</i> : Bocadillo de jamón York				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">22</div> Lomo con patatas Pizza casera Dulces Navideños Refrescos							
V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.				V. Energ. Kcal Hidratos g. Grasas g. Proteínas g.							
1272,6   118,8   55,8   73,9				1333,1   172,3   55,3   36,3				1169,6   117,5   50,5   61,1				1130,5   117,2   40,2   75,0				1150,0   130,8   54,7   33,8							
				<b style="color: red;">VACACIONES DE NAVIDAD</b> <i style="color: red;">Del 23 de Diciembre Al 7 de Enero - <u>Ambos Incluidos</u></i>																			

\* No se especifica por depender del la situación del mercado y temporada. En el comedor de Verdemar sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, lirio, sarda y bonito  
 \*\* Los valores indicados incluyen el Aperitivo/ Merienda (A/M)