Menú Toledo in situ Diciembre 2024

Basal - . - Colegios Toledo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada	**3** Macarrones con Chorizo Bacalao al Ajo Arriero Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada	**4** Judías Verdes con Tomate Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	**5** Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	**6** FESTIVO
Kcal: 772 ***Lip:*** 19,07 ***Prot:*** 46,76 ***HC:*** 88,00 ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	***Kcal:*** 763 ***Lip:*** 26,54 ***Prot:*** 36,57 ***HC:*** 93,93 ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	***Kcal:*** 508 ***Lip:*** 27,28 ***Prot:*** 21,74 ***HC:*** 44,61 ***Cena:*** Patata + Ave + Fruta	***Kcal:*** 651 ***Lip:*** 15,31 ***Prot:*** 39,53 ***HC:*** 92,04 ***Cena:*** Verdura + Pescado + Lácteo	
9 Crema de Coliflor Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	**10** Arroz con Tomate Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	**11** Garbanzos a la Catalana Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	**12** Coditos al Gratén Estofado de Pavo Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	**13** Guisantes a la Sevillana Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada
Kcal: 546 ***Lip:*** 26,74 ***Prot:*** 18,21 ***HC:*** 59,88 ***Cena:*** Pasta + Pescado + Lácteo	***Kcal:*** 779 ***Lip:*** 22,78 ***Prot:*** 40,26 ***HC:*** 106,82 ***Cena:*** Verdura + Huevo + Fruta	***Kcal:*** 674 ***Lip:*** 24,43 ***Prot:*** 42,29 ***HC:*** 72,11 ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta	***Kcal:*** 727 ***Lip:*** 16,48 ***Prot:*** 40,58 ***HC:*** 85,89 ***Cena:*** Verdura + Pescado + Lácteo	***Kcal:*** 565 ***Lip:*** 21,13 ***Prot:*** 32,26 ***HC:*** 62,05 ***Cena:*** Arroz + Ave + Fruta
16 Crema de Zanahoria ECO Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	**17** Patatas a la Riojana Salmón al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	**18** Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	**19** Arroz Campesina Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	**20** Macarrones con Tomate Perrito Caliente Patatas Chips Fruta de Temporada y Postre Especial
Kcal: 505 ***Lip:*** 15,69 ***Prot:*** 23,46 ***HC:*** 66,84 ***Cena:*** Arroz + Pescado + Lácteo	***Kcal:*** 702 ***Lip:*** 32,88 ***Prot:*** 32,44 ***HC:*** 71,67 ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	***Kcal:*** 651 ***Lip:*** 15,49 ***Prot:*** 39,80 ***HC:*** 91,26 ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	***Kcal:*** 693 ***Lip:*** 18,55 ***Prot:*** 19,15 ***HC:*** 116,29 ***Cena:*** Patata + Carne + Fruta	***Kcal:*** 922 ***Lip:*** 35,96 ***Prot:*** 28,51 ***HC:*** 120,52 ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)
R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.