

**KINDERGARTEN UND GRUNDSCHULE**  
**MENÚ JARDÍN DE INFANCIA Y PRIMARIA**  
 Del 05 de noviembre al 30 de noviembre 2007.

					Valor Nutritivo Medio	
05.11	Lunes	Arroz al horno	Ensalada completa	Fruta/Lácteo	Energía:	1181 Kcalorías
06.11	Martes	Puré de verduras	Pollo al horno con champiñones	Fruta/Lácteo	Proteínas:	60,82 g
07.11	Miércoles	Arroz caldoso	Filetes de merluza y ensalada	Fruta/Lácteo	Carbohidratos:	123,79 g
08.11	Jueves	Lentejas con chorizo y verduras	Croquetas y ensalada	Fruta/Natilla	Lípidos:	52,53 g
09.11	Viernes	Sopa de lluvia	Longanizas con salsa de tomate y patatas fritas	Fruta	Calcio:	279,15 mg
					Hierro:	9,59 mg
					Vitamina C:	97,78 mg
					Colesterol:	109,44 mg
12.11	Lunes	Hervido valenciano	Hamburguesa y ensalada con palito de cangrejos	Fruta/Lácteo	Energía:	1100 Kcalorías
13.11	Martes	Espaguetis a boloñesa	Entremeses con ensalada	Fruta/Lácteo	Proteínas:	61,98 g
14.11	Miércoles	Crema de verduras	Albóndigas con salsa y ensalada	Fruta/Yogur	Carbohidratos:	87,76 g
15.11	Jueves	Potaje de garbanzos	Pollo con salsa y ensalada	Fruta	Lípidos:	57,03 g
16.11	Viernes	Canelones	Tortilla de queso y ensalada	Fruta/Lácteo	Calcio:	486,82 mg
					Hierro:	10,50 mg
					Vitamina C:	55,05 mg
					Colesterol:	198,80 mg
19.11	Lunes	Sopa de fideos	Merluza a la romana con patatas fritas	Fruta/Yogur	Energía:	1155 Kcalorías
20.11	Martes	Hervido	Muslitos de pollo con salsa de verduras	Fruta/Lácteo	Proteínas:	55,20 g
21.11	Miércoles	Sopa de Cocido	Albóndigas con salsa y ensalada	Fruta	Carbohidratos:	127 g
22.11	Jueves	Tortelini con tomate	Tortilla de atún y ensalada	Fruta/Lácteo	Lípidos:	50,24 g
23.11	Viernes	Arroz blanco con tomate	Calamares a la romana y ensalada	Fruta/Yogur	Calcio:	252,59 mg
					Hierro:	10,23 mg
					Vitamina C:	61,69 mg
					Colesterol:	237,24 mg
26.11	Lunes	Espirales gratinadas	Varitas de pescado y ensalada	Fruta/Natilla	Energía:	1118 Kcalorías
27.11	Martes	Lentejas con verduras	Sanjacobo y ensalada	Macedonia de frutas	Proteínas:	54,01 g
28.11	Miércoles	Puré de verduras	Escalope de lomo con ensalada	Fruta/Yogur	Carbohidratos:	132,90 g
29.11	Jueves	Patata guisada con verduras	Pechuga de pollo empanada	Fruta/Lácteo	Lípidos:	44,73 g
30.11	Viernes	Arroz al horno	Entremeses y ensalada	Fruta/Lácteo	Calcio:	349,17 mg
					Hierro:	9,56 mg
					Vitamina C:	45,49 mg
					Colesterol:	129,90 mg

Los Menús del jardín de infancia y primaria han sido confeccionados y valorados por la Nutricionista Eraci Drehmer.