

KINDERGARTEN UND GRUNDSCHULE
MENÚ JARDÍN DE INFANCIA Y PRIMARIA
 Del 10 de septiembre al 28 de septiembre de 2007.

					Valor Nutritivo Medio	
10.09	Lunes	Arroz a la cubana	Sanjacobo con ensalada	Fruta/Lácteo	Energía:	1086 Kcalorías
11.09	Martes	Lentejas con verduras	Albóndigas a la jardinera	Fruta	Proteínas:	48,58 g
12.09	Miércoles	Sopa de letras	Filetes de merluza con patatas fritas	Fruta/Lácteo	Carbohidratos:	125 g
13.09	Jueves	Puré de verduras	Pechuga de pollo en salsa	Natilla/Fruta	Lípidos:	46,26 g
14.09	Viernes	Espirales gratinadas	Escalope de lomo con ensalada	Fruta/Lácteo	Calcio:	253,09 mg
					Hierro:	9,06 mg
					Vitamina C:	70,07 mg
					Colesterol:	103,98 mg
17.09	Lunes	Arroz caldoso	Croquetas y ensalada	Fruta/Lácteo	Energía:	1018 Kcalorías
18.09	Martes	Hervido	Longanizas con tomate	Natilla/Fruta	Proteínas:	58,40 g
19.09	Miércoles	Sopa de fideos	Merluza a la romana y ensalada	Fruta/Lácteo	Carbohidratos:	104,33 g
20.09	Jueves	Crema de calabacín	Pollo con salsa	Fruta	Lípidos:	43,52 g
21.09	Viernes	Tortelini con tomate	Tortilla francesa y ensalada	Helado/Fruta	Calcio:	270,36 mg
					Hierro:	9,38 mg
					Vitamina C:	69,19 mg
					Colesterol:	198,72 mg
24.09	Lunes	Potaje de garbanzos	Hamburguesa y patatas fritas	Fruta/Lácteo	Energía:	958 Kcalorías
25.09	Martes	Macarrones a la boloñesa	Calamares a la romana y ensalada	Fruta/Lácteo	Proteínas:	53,71 g
26.09	Miércoles	Sopa de cocido	Lomo empanado y ensalada	Fruta/Lácteo	Carbohidratos:	98,95 g
27.09	Jueves	Tallarines a la carbonara	Tortilla de atún y ensalada	Helado/Fruta	Lípidos:	40,78 g
28.09	Viernes	Puré de verduras	Albóndigas con salsa	Macedonia de frutas	Calcio:	387,06 mg
					Hierro:	9,88 mg
					Vitamina C:	62,76 mg
					Colesterol:	202,30 mg

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