

MENU CASERO ENERO 2021



COLEGIO ÁGORA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1-ene.-21

NO LECTIVO

8-ene.-21

NO LECTIVO

4-ene.-21

NO LECTIVO

5-ene.-21

NO LECTIVO

6-ene.-21

NO LECTIVO

7-ene.-21

NO LECTIVO

11-ene.-21

NO PRESENCIAL

12-ene.-21

NO PRESENCIAL

13-ene.-21

14-ene.-21

15-ene.-21

Kcal
698
70
28
34

Kcal
685
86
23
33

Kcal
626
77
21
32

Kcal
642
81
19
36

Kcal
642
81
19
36

18-ene.-21

Lentejas con chorizo a la riojana
Tortilla de jamón york y champiñón
Ensalada de lechuga, tomate y soja
Fruta de temporada
Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Filete de pollo Lácteos. Sin queso Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica Vegetarianos: No aplica

19-ene.-21

Kcal
640
73
24
33

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica Lácteos. No aplica Celiacos: Pan y harna sin gluten. Pescado: Cinta de lomo Vegetarianos: Hamburguesa vegetal

20-ene.-21

Kcal
537
82
12
24

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Fruta por natillas Lácteos. Fruta por Natillas Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: Patatas viudas Vegetarianos: Patatas viudas y rollito primavera

21-ene.-20

Kcal
697
77
23
44

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Fruta Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: Filete de pollo Vegetarianos: Rollito primavera y guisantes sin jamón

22-ene.-20

Kcal
657
86
22
27

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Crema sin leche Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica Vegetarianos: Empanada vegetal

25-ene.-21

Crema de verduras
Tortilla francesa de pavo
Ensalada de lombarda, manzana y cebolla
Yogur
Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Sustitución por cinta de lomo. Lácteos. Crema sin leche Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Tortilla francesa sin pavo

26-ene.-21

Kcal
626
72
28
21

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica Vegetarianos: Fabada vegetal

27-ene.-21

Kcal
624
73
22
34

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: Cinta de lomo Vegetarianos: Empanada vegetal

28-ene.-21

Kcal
661
88
21
29

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Cocido vegetariano

29-ene.-21

Kcal
593
79
18
29

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Lazos sin queso Celiacos: Pan y pasta sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Lazos sin carne

SEMANA 3

SEMANA 4

SEMANA 5