



P.P. ESCOLAPIOS CORUÑA

MENU ENERO 2019

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	<p>PAELLA</p> <p>PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON GUARNICIÓN DE VERDURAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 635 PROT 37 LIP 8 HC 103</p>	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 624 PROT 34 LIP 22 HC 75</p>	<p>ESPAGUETIS BOLONESA</p> <p>PESCADO DEL DÍA CON GUARNICIÓN DE CHAMPIÑÓN</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 607 PROT 32 LIP 22 HC 70</p>	<p>ALUBIAS PINTAS CON ARROZ</p> <p>HUEVOS ROTOS CON BRÓCOLI Y PATATA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 764 PROT 33 LIP 31 HC 81</p>
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CHURRASCO DE CERDO CON CHORIZO CRIOLLO Y PATATAS FRITAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 750 PROT 37 LIP 43 HC 54</p>	<p>CANELONES</p> <p>PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUTA, TOMATE Y ACEITUNA SIN HUESO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 608 PROT 26 LIP 29 HC 52</p>	<p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>POLLO ASADO CON ARROZ BLANCO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 696 PROT 28 LIP 33 HC 72</p>	<p>GARBANZOS ESTOFADOS CON HUEVO COCIDO</p> <p>PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 674 PROT 43 LIP 17 HC 91</p>	<p>ARROZ CON VERDURAS</p> <p>RAGUT DE TERNERA CON ENSALADA</p> <p>PAN YOGUR KCAL 603 PROT 21 LIP 27 HC 75</p>
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
<p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PATATAS A CUADRITOS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 629 PROT 16 LIP 35 HC 68</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE VERDURAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 611 PROT 40 LIP 14 HC 84</p>	<p>ARROZ CON PISTO</p> <p>REVUELTO DE ESPINACAS Y GAMBAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 608 PROT 20 LIP 14 HC 101</p>	<p>FIDEUA DE VERDURAS</p> <p>PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>PAN YOGUR KCAL 620 PROT 40 LIP 19 HC 78</p>	<p>COCIDO GALLEGO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
<p>PURE DE PUERROS, CALABAZA, ZANAHORIAS, ACELGAS</p> <p>RAXO DE POLLO CON PATATAS FRITAS</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 612 PROT 31 LIP 22 HC 80</p>	<p>ESPAGUETIS CON VERDURAS VARIADAS</p> <p>PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUTA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNA SIN HUESO</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 605 PROT 32 LIP 10 HC 98</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>TORTILLA DE PATATA</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 679 PROT 18 LIP 26 HC 92</p>	<p>LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS</p> <p>PESCADO DEL DÍA CON GUARNICION DE CHAMPIÑÓN</p> <p>PAN FRUTA DE TEMPORADA KCAL 628 PROT 33 LIP 15 HC 92</p>	