

CEIP VICENTE ROS

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 ^a	ENSALADA MIXTA ARROZ CON POLLO FRUTA & PAN INTEGRAL	ENSALADA DEL TIEMPO LENTEJAS CON VERDURAS Y TORTILLA DE PATATAS FRUTA & PAN	ENSALADA TRICOLOR ESTOFADO DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA & PAN	ENSALADA CON QUESO GUIZO DE PESCADO FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA SOPA CON GARBANZOS PIZZA DE ATÚN YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 687 Kcal Grasas: 12,2g (26,9%) Proteínas: 15,6g (15,6%) Hidratos Carbono: 53,6g (57,5%)				
2 ^a	ENSALADA DEL TIEMPO MACARRONES BOLOÑESA FRUTA & PAN	ENSALADA CON QUESO ARROZ Y HABICHUELAS FRUTA & PAN INTEGRAL	ENSALADA CON YORK GUIZO DE PESCADO FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA GUIZO DE GARBANZOS CON ALBÓNDIGAS FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA ARROZ CON TOMATE Y MUSLITOS DE POLLO YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 654 Kcal Grasas: 11,9g (25,3%) Proteínas: 14,8g (14,3%) Hidratos Carbono: 60,8g (60,4%)				
3 ^a	ENSALADA CON QUESO ESPAGUETIS CON ATÚN FRUTA & PAN	CREMA DE CALABACÍN MUSLITOS DE POLLO FRUTA & PAN INTEGRAL	ENSALADA CON ATÚN LENTEJAS CON CHORIZO FRUTA & PAN	ENSALADA CON QUESO GUIZO DE PESCADO FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA ARROZ CON GUISANTES Y MAGRA YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 672 Kcal Grasas: 13,2g (27,6%) Proteínas: 13,7g (14,1%) Hidratos Carbono: 59,6g (58,3%)				
4 ^a	ENSALADA CON YORK MACARRONES BOLOÑESA FRUTA & PAN	ENSALADA CON ATÚN GUIZO DE MERLUZA CON PASTA FRUTA & PAN INTEGRAL	ENSALADA CON QUESO ARROZ CON POLLO FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA SOPA CON GARBANZOS PIZZA DE ATÚN FRUTA & PAN	ENSALADA CON YORK ALUBIAS CON CHORIZO YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 662 Kcal Grasas: 12,5g (27,7%) Proteínas: 16,2g (15,9%) Hidratos Carbono: 48,9g (56,4%)				
5 ^a	ENSALADA CON QUESO MACARRONES CON ATÚN FRUTA & PAN	ENSALADA DEL TIEMPO GUIZO DE GARBANZOS CON ALBÓNDIGAS FRUTA & PAN	ENSALADA CON QUESO GUIZO DE PESCADO FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA LENTEJAS CON VERDURAS Y TORTILLA DE PATATAS FRUTA & PAN	ENSALADA TRICOLOR ARROZ CON TOMATE Y SALCHICHA YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 699 Kcal Grasas: 13,1g (28,1%) Proteínas: 15,6g (15,2%) Hidratos Carbono: 60,3g (56,7%)				
6 ^a	ENSALADA DEL TIEMPO ESPAGUETIS BOLOÑESA FRUTA & PAN INTEGRAL	ENSALADA CON YORK GUIZO DE POLLO FRUTA & PAN	ENSALADA CON QUESO ARROZ Y HABICHUELAS FRUTA & PAN	ENSALADA CON ATÚN GUIZO DE MERLUZA CON PASTA FRUTA & PAN	ENSALADA MIXTA GARBANZOS CON CHORIZO YOGUR & PAN
	Media semanal: Calorías: 664 Kcal Grasas: 11,4g (24,3%) Proteínas: 16g (15,4%) Hidratos Carbono: 59,9g (60,3%)				

SEPTIEMBRE 2020						OCTUBRE 2020						NOVIEMBRE 2020						DICIEMBRE 2020								
L	M	X	J	V		L	M	X	J	V		L	M	X	J	V		L	M	X	J	V				
									1	2		1 ^a	2	3	4	5	6		5 ^a		1	2	3	4		
						3 ^a	5	6	7	8	9		2 ^a	9	10	11	12	13		6 ^a	7	8	9	10	11	
						4 ^a	12	13	14	15	16		3 ^a	16	17	18	19	20		1 ^a	14	15	16	17	18	
1 ^a	21	22	23	24	25		5 ^a	19	20	21	22	23		4 ^a	23	24	25	26	27		2 ^a	21	22	23		
2 ^a	28	29	30				6 ^a	26	27	28	29	30		5 ^a	30											

CALENDARIO DEL COMEDOR CURSO 2020-2021