

Menú de Abril 2.013 . CEIP. SAN JUAN BOSCO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1.</p> <p style="text-align: center;">NO LECTIVO Holiday</p>	<p>2 Lentejas con magro y verduras <i>Lentils with lean and Vegetables</i> Tortilla de patata con ensalada <i>Spanish Omellete with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 718 Proteínas: 18% Grasas: 26% Car.Hid: 52%</p>	<p>3 Judías verdes con tomate <i>Green Beans in Tomato Sauce</i> Pollo Asado con patatas <i>Battered Hake with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 740 Proteínas: 21% Grasas: 27% Car.Hid: 55%</p>	<p>4 Arroz tres delicias <i>Chinesse fried rice</i> Merluza a la Romana con ensalada <i>Battered Hake with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 722 Proteínas: 32% Grasas: 22% Car.Hid: 55%</p>	<p>5 Canelones con Carne <i>Veal Canneloni</i> Salchichas frescas con chips <i>Fresh sausage with chips</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 750 Proteínas: 27% Grasas: 31% Car.Hid: 49%</p>
<p>8 Pasta gratinada con beicon <i>Gratin Pasta with Bacon</i> Lomo al horno y ensalada <i>Baked Tenderloin with Salad</i> Fruta natural <i>Fresh Fruit</i> Cal: 734 Proteínas: 20% Grasas: 31% Car.Hid: 50%</p>	<p>9 Sopa de cocido <i>Stew Soup</i> Complemento de cocido madrileña <i>Chickpeas meat and cabbage stew</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 770 Proteínas: 20% Grasas: 28% Car.Hid: 51%</p>	<p>10 Estofado de Carne <i>Meat Stew</i> Platija rebozada con ensalada <i>Breaded flounder with salad</i> Yogur <i>Yoghur</i> Cal: 737 Proteínas: 23% Grasas: 22% Car.Hid: 55%</p>	<p>11 Puré de Verduras <i>Mashed Vegetables</i> Esc. San Jacobo con Ensalada <i>Breaded Ham and Salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 732 Proteínas: 21% Grasas: 24% Car.Hid: 56%</p>	<p>12 Arroz con Pollo y verduras <i>Rice with chicken and vegetables</i> Tortilla con ensalada <i>Omellete with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 731 Proteínas: 24% Grasas: 28% Car.Hid: 53%</p>
<p>15 Espaguetis con Beicon <i>Spaghetti with bacon</i> Hamburguesa de ternera <i>Veal Hamburger</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 716 Proteínas: 21% Grasas: 23% Car.Hid: 50%</p>	<p>16 Lentejas estofadas Castellana <i>Lentils Stew</i> Merluza a la Romana con ensalada <i>Battered Hake with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 740 Proteínas: 25% Grasas: 24% Car.Hid: 55%</p>	<p>17 Judías verdes con tomate <i>Green Beans in Tomato Sauce</i> Pollo Asado con patatas panadera <i>Chicken Roast with Potatoes</i> Yogur <i>Yoghur</i> Cal: 740 Proteínas: 21% Grasas: 27% Car.Hid: 55%</p>	<p>18. Patatas a la Riojana <i>Riojana Potatoes</i> Salchichas frescas con chips <i>Fresh sausage with chips</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 719 Proteínas: 34% Grasas: 21% Car.Hid: 58%</p>	<p>19. Sopa de cocido <i>Stew Soup</i> Complemento de cocido madrileña <i>Chickpeas meat and cabbage stew</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 770 Proteínas: 20% Grasas: 28% Car.Hid: 51%</p>
<p>22 Lentejas estofadas <i>Lentils Stew</i> Tortilla de Jamon con ensalada <i>Ham omellete with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 750 Proteínas: 27% Grasas: 31% Car.Hid: 49%</p>	<p>23 Paella Mixta <i>Mixed Paella</i> Salchichas y ensalada <i>Sausages and salad</i> Natillas Caseras <i>Homemade Custard</i> Cal: 715 Proteínas: 23% Grasas: 29% Car.Hid: 48%</p>	<p>24 Crema de Verdura y picatostes <i>Vegetable Cream and Croutons</i> Pollo al chilindrón con patatas fritas <i>Chilindron receipe Chicken and Fries</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 727 Proteínas: 21% Grasas: 25% Car.Hid: 50%</p>	<p>25. Macarrones con tomate <i>Macaronni with tomatoe</i> Filete de Abadejo Romana y ensalada <i>Battered Pout Fillet with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 736 Proteínas: 21% Grasas: 24% Car.Hid: 52%</p>	<p>26 Sopa de cocido <i>Stew Soup</i> Complemento de cocido madrileña <i>Chickpeas meat and cabbage stew</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 770 Proteínas: 20% Grasas: 28% Car.Hid: 51%</p>
<p>29. Puré de Verduras <i>Mashed Vegetables</i> Esc. San Jacobo con patatas fritas <i>Breaded Ham and Cheese with Fries</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with milk</i> Cal: 735 Proteínas: 25% Grasas: 33% Car.Hid: 46%</p>	<p>30 Arroz con tomate <i>Rice with tomatoe</i> Meruluza a la Vizcaina <i>Vizcaina Style Hake</i> Fruta Natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i> Cal: 745 Proteínas: 18% Grasas: 31% Car.Hid: 50%</p>			