

04

05

06

07

08

SOPA DE AVE CON PASTA  
TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

CREMA DE CALABACÍN  
LOMO A LA RIOJANA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

Kcal: 593,46  
Kcal: 759,63

Prot: 28,94  
Prot: 37,04

LIP: 18,01  
LIP : 23,05

HC(gr): 79,07  
HC(gr): 101,23

11

12

13

14

15

ESPAGUETIS CON TOMATE  
GANIZAS DE ARAGÓN CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

LENTEJAS CON CHORIZO Y ZANAHORIA  
MERLUZA EN SALSA MARINERA  
FRUTA FRESCA Y PAN

SALTEADO DE VERDURAS  
POLLO ASADO CON PATATAS FRITAS  
YOGURT Y PAN

JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON  
VERDURAS  
VILLARROY DE YORK CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA FRANCESA CON YORK Y LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

Kcal: 599,4  
Kcal: 767,23

Prot: 23,85  
Prot: 30,53

LIP: 20,71  
LIP : 26,51

HC(gr): 82,99  
HC(gr): 106,23

18

19

20

21

22

JUDÍAS VERDES SALTEADAS  
HAMBURGUESA CON VERDURAS  
FRUTA FRESCA Y PAN

CREMA DE VERDURAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN  
CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

SOPA DE PUCHERO CON ARROZ  
LOMO CON CHAMPIÑONES Y LECHUGA  
YOGURT Y PAN

TALLARINES CON TOMATE  
TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

GARBANZOS CON PUERRO Y ZANAHORIA  
SALMÓN EN SALSA DE LIMÓN  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

Kcal: 600,9  
Kcal: 769,15

Prot: 28,51  
Prot: 36,49

LIP: 21,032  
LIP : 26,92

HC(gr): 74,128  
HC(gr): 94,88

25

26

27

28

29

GUISO DE ARROZ, RANCHO  
LOMO EN SALSA CON VERDURAS  
FRUTA FRESCA Y PAN

JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
Kcal: 607,3  
Kcal: 777,34

SOPA DE COCIDO CON PASTA  
CONTRAMUSLO DE POLLO CON SALSA DE  
LIMÓN Y AJOS, LECHUGA  
YOGURT Y PAN  
Prot: 28,4  
Prot: 36,35

BORRAJA  
SALCHICHAS FRANKFURT CON CHIPS  
FRUTA FRESCA Y PAN  
LIP: 19,66  
LIP : 25,16

LENTEJAS CON PUERRO  
MERLUZA ROMANA CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
HC(gr): 82,67  
HC(gr): 105,82

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

SEPTIEMBRE 2017

COLEGIO LA PURÍSIMA