MENÚ DE: NOVIEMBRE SIN SOLIDOS, HUEVO, FRUTOS SECOS.

Colexio Apostol Santiago – Xesuítas · Vigo

Aprendiendo a Comer by sodexo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Kcal HC Lip Prot	Kcal HC Lip Prot	1 Kcal HC Lip Prot FESTIVO	Kcal HC Lip Prot	Kcal HC Lip Prot
6 Kcal 636 HC 74 Lip 37 Prot 21 Puré de zanahoria, puerro, lentejas y pollo. Compota de fruta o lácteo.	Kcal HC Lip Prot	8 Kcal 515 HC 69 Lip 15 Prot 26 Crema de calabacín, puerro, patata y jurel. Compota de fruta o lácteo.	Kcal HC Lip Prot	Kcal HC Lip Prot
13 Kcal 528 HC 53 Lip 25 Prot 24 Puré de patata con calabaza, puerro y filete de cerdo. Compota de fruta o lácteo de sabores.	Kcal HC Lip Prot	15 Kcal 751 HC 93 Lip 24 Prot 40 Puré de garbanzos con judía, zanahoria y chorizo. Compota de fruta o flan de vainilla.	Kcal HC Lip Prot	17 Kcal 750 HC 84 Lip 32 Prot 29
20 Kcal 624 HC 93 Lip 27 Prot 16 Crema de guisantes con patata, puerro y pollo. Compota de frutas o lácteo.	Kcal HC Lip Prot	22 Kcal 525 HC 79 Lip 13 Prot 22 Puré de verduras con arroz y abadejo. Compota de fruta o lácteo de sabores.	Kcal HC Lip Prot	Kcal HC Lip Prot
27 Kcal 552 HC 59 Lip 25 Prot 21 Crema de verduras con patata y ternera. Compota de fruta o lácteo de sabores.	Kcal HC Lip Prot	29 Kcal 515 HC 69 Lip 15 Prot 26 Puré de zanahoria, puerro, lentejas y merluza. Compota de fruta o natillas.	Kcal HC Lip Prot	Kcal HC Lip Prot

sodexo SERVICIOS DE CALIDAD DE VIDA