

MENU INSTITUTO PIO IX AGOSTO 2017

	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Milanesa de pescado con papas al natural 565,4 kcal	Pastel de calabaza 482 kcal	Hamburguesa de pollo con arroz gratinado 528,5 kcal	Tallarines con estofado de carne 430,6 kcal
	Ensalada de frutas 164 kcal	Flan 200 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal	Fruta de estación 100 kcal
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Milanesa de ternera con puré amarillo 461,4 kcal	Lasagna de jamón y queso con salsa 620,6 kcal	Suprema grillé con ensalada mixta 394,5 kcal	Escalopes de pescado con ensalada de tomate 461,4 kcal	Pastel de papas 690 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Flan 200 kcal	Compota de frutas 105 kcal	Helado 180 kcal	Manzana asada 100 kcal
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Fideos con salsa rosa 358,4 kcal	Hamburguesa de pescado con arroz gratinado 528,5 kcal	Omelette de queso con ensalada mixta 454,2 kcal	Pollo al horno con papas asadas 561 kcal	Lasagna de espinaca y ricotta 475,1 kcal
Ensalada de frutas 164 kcal	Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Flan 200 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
FERIADO	Ñoquis con salsa bolognesa 430,6 kcal	Milanesa de pollo con ensalada de zanahoria y huevo 528,5 kcal	Pescado poché con puré amarillo 394,5 kcal	Croquetas de arroz con ensalada mixta 518,6 kcal
	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 kcal	Compota de frutas 105 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	
Tallarines con estofado de pollo 430,6 kcal	Milanesas de pescado con papas fritas 700,4 kcal	Pastel de batata 690 kcal	Albóndigas de pollo con arroz 469,3 kcal	
Helado 180 kcal	Flan 200 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal	

***CADA MENU HA SIDO CONFECCIONADO SEGÚN LAS ESPECIFICACIONES DE LA RESOLUCION Nº 1741/ MEGC/ 13**

*** SE UTILIZAN LEGUMBRES EN REEMPLAZO DE CEREALES CADA 10 LISTAS**

***TOMANDO COMO REFERENCIA LAS I.D.R. SE APORTAN 35 GRAMOS DIARIOS DE PROTEINAS, QUE CORRESPONDEN A UN 50% DE LA RECOMENDACIÓN**