

MENU INSTITUTO PIO IX SEPTIEMBRE 2017

				VIERNES 1
				Pastel de papas 690 kcal
				Compota de frutas mixta 105 kcal
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Lasagna de jamón y queso con salsa 620,6 kcal	Milanesa de ternera con puré amarillo 461,4 kcal	Hamburguesa de pescado con ensalada de lechuga y tomate 457 kcal	Pollo al horno con papas 561 kcal	Polenta con salsa estofado 430,6 kcal
Fruta asada 100 kcal	Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Flan 200 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal
LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Milanesa de pollo con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal	Ñoquis con salsa bolognesa 430,6 kcal	Hamburguesa de carne con arroz gratinado 528,5 kcal	Escalopes de merluza con pure mixto 513,4 kcal	Pastel de calabaza 482 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Postre lácteo 200 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal	Aspic 115 kcal	Compota de frutas mixta 105 kcal
LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tallarines con estofado de carne 430,6 kcal	Hamburguesa de carne con papas fritas 700,4 kcal	Escalopes de pescado con ensalada de tomate 461,4 kcal	Medallón de pollo con puré de batata 498,5 kcal	Croquetas de arroz con ensalada mixta 518,6 kcal
Ensalada de frutas 164 kcal	Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Flan 200 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal
LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Milanesa de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria 433,4 kcal	Canelones de espinaca y ricotta con salsa filetto 475,1 kcal	Albóndigas de carne con arroz 469,3 kcal	Milanesa de pescado con papas al natural 565,4 kcal	Pastel de batata 690 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Postre lácteo 200 kcal	Compota de frutas mixta 105 kcal	Aspic 115 kcal	Ensalada de frutas 164 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