Colegio Salliver
1971

# COMEDOR COLEGIO SALLIVER - 1.ª, 2.ª Y 3.ª SEMANA

| Semana: 25-03 | Lunes (FESTIVO) | Martes (FESTIVO) | Miércoles (FESTIVO) | Jueves (FESTIVO) | Viernes (FESTIVO) |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.º Plato | Crema de calabaza | Puchero de arroz con pollo | Ensalada griega | Crema de calabacín | Lentejas estofadas |
| 2.º Plato | Pasta con verduras y atún en aceite | Nuggets de pollo empanado al horno y ensalada aliñada | Cazuela de patatas con ternera | Bacalao al horno y arroz salteado | Patatas pobre al horno con huevos |
| | Pan | Pan integral | Pan integral | Pan | Pan integral |
| Postre* | Peras | Plátanos | Uvas | Naranjas | Yogur |
| Información Nutricional | kC: 972 P: 34 G: 79 L: 18 g | kC: 1072 P: 47 G: 169 L: 26 g | kC: 954 P: 40 G: 112 L: 41 g | kC: 1201 P: 55 G: 151 L: 43 g | kC: 1161 P: 55 G: 143 L: 43 g |

| Semana: 01-04 | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.º Plato | Sopa de garbanzos y verduras | Vichyssoise | Arroz caldoso con pollo | Ensalada de tomate y atún | Guarnición de guisantes con jamón |
| 2.º Plato | Salmón al horno y ensalada de tomate | Pasta a la boloñesa | Rosada a la plancha con ensalada | Lentejas estofadas | Pizza con carne picada y tomate |
| | Pan integral | Pan integral | Pan | Pan integral | Pan |
| Postre* | Manzanas | Peras | Melón | Naranjas | Yogur |
| Información Nutricional | kC: 1219 P: 69 G: 166 L: 34 g | kC: 583 P: 25 G: 105 L: 8 g | kC: 1006 P: 50 G: 151 L: 23 g | kC: 1017 P: 45 G: 127 L: 40 g | kC: 1084 P: 47 G: 127 L: 44 g |

| Semana: 08-04 | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.º Plato | Judías verdes salteadas | Puchero de arroz con pollo | Ensalada de tomate y champiñón | Sopa de picadillo con huevo y jamón | Ensalada de hortalizas con atún |
| 2.º Plato | Hamburguesa finas hierbas y patatas fritas al horno | Rosada a la plancha con ensalada | Pasta a la genovesa | Bocaditos de bacalao y ensalada mixta | Cous-cous con magro con tomate |
| | Pan | Pan integral | Pan integral | Pan | Pan integral |
| Postre* | Peras | Manzanas | Naranjas | Peras | Yogur |
| Información Nutricional | kC: 1010 P: 41 G: 110 L: 50 g | kC: 997 P: 57 G: 134 L: 28 g | kC: 1108 P: 46 G: 182 L: 22 g | kC: 1072 P: 59 G: 143 L: 33 g | kC: 1265 P: 54 G: 157 L: 46 g |

Colegio Salliver
1971

# COMEDOR COLEGIO SALLIVER - 4.ª Y 5.ª SEMANA

| Semana: 15-04 | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.º Plato | Pasta con pollo | Potaje de garbanzos y espinacas | Vichyssoise | Ensalada griega | Guarnición de guisantes con jamón |
| 2.º Plato | Ensalada mixta | Lomo con champiñones y verduras | Bacalao a la plancha con puré de patatas | Lentejas estofadas | Arroz a la cubana con huevo |
| | Pan | Pan integral | Pan | Pan integral | Pan |
| Postre* | Manzanas | Peras | Plátanos | Mandarinas | Melón |
| Información Nutricional | kC: 632 P: 38 G: 83 L: 17 g | kC: 544 P: 30 G: 77 L: 15 g | kC: 571 P: 26 G: 96 L: 11 g | kC: 621 P: 23 G: 72 L: 28 g | kC: 639 P: 30 G: 95 L: 15 g |

| Semana: 22-04 | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.º Plato | Ensalada de hortalizas con atún | Sopa de picadillo con arroz y huevo | Crema de zanahorias | Ensalada de maiz, piña y pollo | Sopa de verduras |
| 2.º Plato | Pasta a la marinera | Pollo horno con judias salteadas y cebolla | Patatas pobre al horno con rosada | Hamburguesa y arroz con tomate | Pizza con verduras, queso y atún |
| | Pan | Pan integral | Pan | Pan integral | Pan |
| Postre* | Plátanos | Peras | Uvas | Peras | Yogur |
| Información Nutricional | kC: 515 P: 28 G: 77 L: 12 g | kC: 619 P: 38 G: 81 L: 16 g | kC: 646 P: 27 G: 76 L: 27 g | kC: 652 P: 29 G: 91 L: 21 g | kC: 692 P: 26 G: 100 L: 20 g |

**La fruta de temporada servida puede variar sin previo aviso por la naturaleza del producto, sujeto a variaciones de mercado y meteorológicas*