

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Proyecto Educativo



Gust-a-teca

Iniciamos nuestro Proyecto Educativo anual donde realizaremos actividades y manualidades durante la sobre mesa



www.blog.colechef.com
DESCUBRE UN SINFIN DE CONTENIDOS PARA LA FAMILIA



01

SOPA JARDINERA
ESTOFADO DE TERNERA

FRUTA DE TEMPORADA

608,2Kcal - Prot:28,5g - Lip:34,3g - HC:42,5g

04

CREMA DE BATATA Y CALABAZA
ARROZ INTEGRAL CON TOMATE,PISTO Y HUEVO

FRUTA DE TEMPORADA

537,2Kcal - Prot:14,0g - Lip:12,3g - HC:88,5g

05

POTAJE DE GARBANZOS Y ESPINACAS
FOGONERO EN SALSA DE ZANAHORIA
PAPAS AL VAPOR
YOGURT

544,5Kcal - Prot:30,5g - Lip:15,9g - HC:66,3g

06

SOPA DE LETRAS
POLLO EMPANADO
ENSALADA CAPRESE
FRUTA DE TEMPORADA

501,9Kcal - Prot:37,3g - Lip:17,2g - HC:47,4g

07

CREMA DE COL, PUERRO Y ZANAHORIA
LASAÑA DE CARNE

HELADO

580,4Kcal - Prot:20,8g - Lip:24,9g - HC:65,4g

08

SOPA DE VERDURAS Y ESTRELLITAS
CHULETA DE CERDO ASADAS
PAPAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA

571,3Kcal - Prot:32,2g - Lip:20,2g - HC:62,2g

11

DÍA NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

CREMA DE BRÓCOLI
ARROZ TRES DELICIAS
ROLLITOS PRIMAVERA CON SALSA
AGRIDULCE
FRUTA DE TEMPORADA

604,6Kcal - Prot:18,4g - Lip:18,4g - HC:88,0g

14

POTAJE DE VERDURAS
FOGONERO A LA MEDITERRANEA
PAPAS ARRUGADAS
YOGURT

553,0Kcal - Prot:30,6g - Lip:16,4g - HC:65,9g

15

POTAJE DE LENTEJAS
PIZZA MARGARITA

FRUTA DE TEMPORADA

597,6Kcal - Prot:26,4g - Lip:15,5g - HC:82,8g

18

SOPA DE ESTRELLITAS
ALBÓNDIGAS A LA CASERA
PAPAS COCIDAS

FRUTA DE TEMPORADA

544,7Kcal - Prot:34,5g - Lip:22,6g - HC:46,8g

19

POTAJE DE JUDIAS
POLLO AL CHILINDRÓN
ARROZ SALTEADO
HELADO

755,5Kcal - Prot:29,6g - Lip:31,0g - HC:86,1g

20

CREMA DE PUERRO Y CALABAZA
FOGONERO EN SALSA MARINERA
PAPAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA

421,9Kcal - Prot:24,6g - Lip:10,3g - HC:54,0g

21

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
FIDEUA DE CARNE

YOGURT

402,9Kcal - Prot:16,0g - Lip:8,9g - HC:60,6g

22

GARBANZOS COMPUESTOS
CROQUETAS DE BACALAO
ENSALADA VARIADA
FRUTA DE TEMPORADA

649,5Kcal - Prot:21,8g - Lip:24,5g - HC:81,0g

25

LENTEJAS ESTOFADAS
ESPIRALES TRICOLOR CON ATÚN Y SALSA
POMODORO
FRUTA DE TEMPORADA

549,4Kcal - Prot:21,8g - Lip:11,0g - HC:85,8g

26

CREMA DE HORTALIZAS
CERDO EN SALSA DE CIRUELA
PAPAS PANADERAS
NATILLA CASERA

664,2Kcal - Prot:38,2g - Lip:24,2g - HC:69,2g

27

SOPA DE FIDEOS
MERLUZA EMPANADA
ENSALADA TROPICAL
FRUTA DE TEMPORADA

573,2Kcal - Prot:23,8g - Lip:19,5g - HC:74,8g

28

CREMA DE ACELGAS Y ZANAHORIAS
ARROZ A LA CUBANA
SALCHICHAS AL VAPOR
YOGURT

861,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:38,6g - HC:92,2g

29

POTAJE DE ALUBIAS Y VERDURAS
FOGONERO ENCEBOLLADO CON PAPAS

FRUTA DE TEMPORADA

472,1Kcal - Prot:28,6g - Lip:9,0g - HC:61,0g