



COMEDOR COLEGIO SALLIVER - 1.<sup>ª</sup>, 2.<sup>ª</sup> Y 3.<sup>ª</sup> SEMANA

Semana: 05/01	Lunes (Festivo)	Martes (Festivo)	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Ensalada de pasta con atún 	Puchero de arroz con pollo 	Ensalada de tomate y champiñón 	Ensalada de hortalizas con atún 	Sopa de picadillo      
2.º Plato	Albóndigas de pollo con tomate y patatas fritas al horno	Rosada a la plancha con ensalada	Pasta a la genovesa	Cous cous con magro con tomate	Sepia empanada al horno y patatas en gajos con ajo
	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan integral
Postre*	Peras	Manzanas	Naranjas	Plátanos	Yogur de frutas
Información Nutricional	kC: 1023 P: 33 G: 126 L: 45 g	kC: 997 P: 57 G: 134 L: 28 g	kC: 1108 P: 46 G: 182 L: 22 g	kC: 1288 P: 62 G: 177 L: 38 g	kC: 1076 P: 50 G: 112 L: 49 g

Semana: 12/01	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Ensalada de hortalizas con atún 	Potaje de garbanzos y espinacas 	Sopa de verduras con fideos     	Ensalada griega 	Guarnición de guisantes con jamón      
2.º Plato	Pasta con pollo 	Lomo con champiñones y patatas	Bacalao a la plancha con puré de patatas 	Lentejas estofadas  	Arroz a la cubana y huevo 
	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 
Postre*	Manzanas	Peras	Plátanos	Mandarinas	Melón
Información Nutricional	kC: 891 P: 40 G: 125 L: 27 g	kC: 1082 P: 57 G: 155 L: 31 g	kC: 950 P: 45 G: 140 L: 25 g	kC: 980 P: 37 G: 134 L: 37 g	kC: 948 P: 44 G: 148 L: 20 g

Semana: 19/01	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Ensalada de hortalizas con pollo	Sopa de picadillo con arroz y huevo	Ensalada california con pavo	Ensalada hawaiana	Sopa de verduras
2.º Plato	Macarrones a la marinera	Pavo, muslo horno con judías salteadas y cebolla	Arroz caldoso con choco	Patatas guisadas con pollo	Pizza con verduras, queso y atún
	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan integral
Postre*	Plátanos	Peras	Uvas	Peras	Yogur de frutas
Información Nutricional	kC: 934 P: 50 G: 146 L: 18 g	kC: 895 P: 55 G: 118 L: 24 g	kC: 920 P: 40 G: 116 L: 37 g	kC: 934 P: 31 G: 157 L: 23 g	kC: 925 P: 39 G: 136 L: 27 g



## COMEDOR COLEGIO SALLIVER - 4.<sup>a</sup> Y 5.<sup>a</sup> SEMANA

Semana: 26/01	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1. <sup>o</sup> Plato	Crema de calabaza	Lentejas estofadas  	Ensalada griega 	Crema de verduras	Puchero de fideos con pollo   
2. <sup>o</sup> Plato	Pasta con verduras y atún en aceite  	Nugget de pollo empanado al horno y ensalada aliñada  	Cazuela de patatas con ternera 	Patatas en gajos con ajo y bacalao al ajo 	Arroz a la cubana y huevo 
Postre*	Peras	Plátanos	Uvas	Naranjas	Yogur de frutas 
Información Nutricional	kC: 972 P: 30 G: 149 L: 32 g	kC: 1027 P: 51 G: 154 L: 27 g	kC: 954 P: 40 G: 112 L: 41 g	kC: 1201 P: 55 G: 151 L: 43 g	kC: 1266 P: 46 G: 143 L: 58 g

Semana: 02/02	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1. <sup>o</sup> Plato	Sopa de garbanzos y verduras 	Vichyssoise 	Ensalada con langostinos salteados y surimi 	Ensalada tomate y atún 	Guisantes salteados con zanahorias     
2. <sup>o</sup> Plato	Salmón a la plancha y ensalada valenciana 	Pasta a la boloñesa 	Muslo de pollo y arroz a la cubana	Lentejas con arroz vegetal 	Pizza con carne picada y tomate  
Postre*	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 
Información Nutricional	kC: 1043 P: 54 G: 151 L: 28 g	kC: 946 P: 38 G: 160 L: 19 g	kC: 1042 P: 47 G: 111 L: 47 g	kC: 1045 P: 45 G: 152 L: 31 g	kC: 1004 P: 49 G: 127 L: 34 g

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