



Noviembre 2020

C.E.I.P. TRAJANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		3 de noviembre de 2020	4 de noviembre de 2020	5 de noviembre de 2020	6 de noviembre de 2020
V.N.	FESTIVO	Macarrones con Tomate Tortilla de Patatas con Calabacín Guisantes Salteados Fruta, pan integral y agua Kcal: 736 Lip: 27,08 Prot: 23,34 HC: 102,59	Crema de Calabaza Albóndigas de Cerdo a la Jardinera Patatas Panaderas al Horno Fruta, yogur, pan y agua Kcal: 723 Lip: 36,15 Prot: 20,44 HC: 81,00	Garbanzos Estofados con Chorizo Abadejo en Salsa de Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, pan integral y agua Kcal: 677 Lip: 25,31 Prot: 36,46 HC: 79,86	Arroz con Verduras Pollo Asado Zanahorias al Vapor Fruta, pan y agua Kcal: 649,16 Lip: 24,45 Prot: 26,65 HC: 83,63
	9 de noviembre de 2020	10 de noviembre de 2020	11 de noviembre de 2020	12 de noviembre de 2020	13 de noviembre de 2020
V.N.	Crema de Verduras Buñuelos de Bacalao Arroz Pilaf Fruta, pan y agua Kcal: 794 Lip: 30,48 Prot: 17,39 HC: 114,43	Espirales con Queso Rotti de Pavo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta, pan integral y agua Kcal: 724 Lip: 30,90 Prot: 27,94 HC: 84,98	Alubias Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta, yogur, pan y agua Kcal: 594 Lip: 25,40 Prot: 21,28 HC: 71,30	Arroz con Tomate Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, pan integral y agua Kcal: 675 Lip: 23,58 Prot: 30,80 HC: 89,22	Lentejas con Verduras Magro de Cerdo Menestra al Vapor Fruta, pan y agua Kcal: 609,79 Lip: 26,99 Prot: 28,71 HC: 62,79
	16 de noviembre de 2020	17 de noviembre de 2020	18 de noviembre de 2020	19 de noviembre de 2020	20 de noviembre de 2020
V.N.	Crema de Calabacín San Jacobos Patatas Panaderas al Horno Fruta, pan y agua Kcal: 657 Lip: 26,24 Prot: 15,31 HC: 89,44	Garbanzos Estofados Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta, pan integral y agua Kcal: 683 Lip: 29,30 Prot: 19,70 HC: 82,60	Coditos con Tomate Palometa al Horno en Salsa de Eneldo Guisantes Salteados Fruta, yogur, pan y agua Kcal: 774 Lip: 28,32 Prot: 35,18 HC: 87,36	Alubias Blancas con Chorizo Chuleta de Sajonia al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, pan integral y agua Kcal: 622 Lip: 28,95 Prot: 36,58 HC: 57,49	Paella de Verduras Abadejo al Horno al Limón Judías Verdes al Ajillo Fruta, pan y agua Kcal: 581,62 Lip: 16,86 Prot: 24,20 HC: 84,94
	23 de noviembre de 2020	24 de noviembre de 2020	25 de noviembre de 2020	26 de noviembre de 2020	27 de noviembre de 2020
V.N.	Macarrones con Atún Salchichas al Horno Menestra Salteada Fruta, pan y agua Kcal: 804 Lip: 37,11 Prot: 29,46 HC: 86,07	Potaje de Lentejas con Calabaza Tortilla de Patatas con Calabacín Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta, pan integral y agua Kcal: 570 Lip: 22,19 Prot: 21,85 HC: 75,93	Arroz con Tomate Merluza a Las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta, yogur, pan y agua Kcal: 703 Lip: 26,13 Prot: 24,28 HC: 95,45	Crema de Zanahoria Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Calabacín Fruta, pan integral y agua Kcal: 521 Lip: 20,02 Prot: 28,64 HC: 59,22	FESTIVO
	30 de noviembre de 2020				
V.N.	Arroz con Pollo Abadejo al Horno en Salsa de Adobo Zanahorias Salteadas Fruta, pan y agua Kcal: 609 Lip: 18,05 Prot: 29,00 HC: 80,88				



Catering y Restauración de Extremadura, S.L.

Registro Sanitario: 26.06128/BA