

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes   | Martes  | Miércoles  | Jueves  | Viernes  | Valoración   |
|---|---|--|---|--|--|
|   | 1<br>Puré de patatas<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral                               | 2<br>Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                      | 3<br>Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4<br><b>FESTIVO</b>  | VE: 2384/570<br>GT: 19<br>GS: 4<br>HC: 74<br>AZ: 17<br>PROT: 34<br>SAL: 2  |
| 7<br><b>FESTIVO</b>   | 8<br><b>FESTIVO</b>   | 9<br>Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10<br>Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11<br>Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14<br>Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15<br>Macarrones a la carbonara con queso<br>Empanadillas de atún con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral                  | 16<br>Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                             | 17<br>Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18<br><b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3388/810<br>GT: 26<br>GS: 4<br>HC: 118<br>AZ: 23<br>PROT: 35<br>SAL: 3 |
| 21<br>Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral  | 22<br>Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 23<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 30<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31<br><b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes  | Valoración   |
|--|---|---|--|--|--|
|  | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de verduras<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                       | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Pechuga de pollo al ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral    | 4 <b>FESTIVO</b>   | VE: 2639/631<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 84<br>AZ: 18<br>PROT: 41<br>SAL: 2  |
| 7 <b>FESTIVO</b>   | 8 <b>FESTIVO</b>  | 9 Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral                 | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones al ajillo con queso<br>Empanadillas de atún con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral  | 16 Arroz con salsa de tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                                 | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de verduras con pasta<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 2943/704<br>GT: 22<br>GS: 3<br>HC: 102<br>AZ: 22<br>PROT: 32<br>SAL: 2 |
| 21 Arroz con verduras<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral   | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas de pollo a la jardinera con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral                             | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | VE: 2528/605<br>GT: 14<br>GS: 3<br>HC: 97<br>AZ: 24<br>PROT: 34<br>SAL: 1  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|--|---|---|--|---|--|
|  | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                      | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 <b>FESTIVO</b>  | VE: 2630/629<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 84<br>AZ: 18<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 7 <b>FESTIVO</b>   | 8 <b>FESTIVO</b>  | 9 Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones a la carbonara con queso<br>Empanadillas de atún con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral   | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                             | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3388/810<br>GT: 26<br>GS: 4<br>HC: 118<br>AZ: 23<br>PROT: 35<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral  | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes   | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|---|---|---|--|---|--|
|   | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de pasta (sin huevo)<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 Pasta (sin huevo) al pomodoro con queso<br>Bacalao al horno con manzana confitada con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral       | VE: 2677/640<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 87<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 7<br><b>FESTIVO</b>   | 8<br><b>FESTIVO</b>   | 9 Fideuá (sin huevo)<br>Pechuga de pollo rebozada (sin huevo) con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral                  | VE: 3021/723<br>GT: 25<br>GS: 3<br>HC: 98<br>AZ: 28<br>PROT: 36<br>SAL: 2  |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Contramuslo de pavo en salsa con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Pasta (sin huevo) carbonara con queso<br>Merluza empanada (sin huevo) con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral   | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                               | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad (sin huevo)<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3350/801<br>GT: 22<br>GS: 4<br>HC: 119<br>AZ: 27<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral   | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|--|---|---|--|---|--|
|  | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur (sin lactosa) y pan integral        | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 Coditos pomodoro<br>Bacalao al horno con manzana confitada con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral                  | VE: 2742/656<br>GT: 18<br>GS: 3<br>HC: 91<br>AZ: 20<br>PROT: 41<br>SAL: 2  |
| 7<br><b>FESTIVO</b>  | 8<br><b>FESTIVO</b>   | 9 Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones al ajillo<br>Delicias de merluza con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral   | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur (sin lactosa) y pan integral               | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3196/765<br>GT: 20<br>GS: 3<br>HC: 118<br>AZ: 24<br>PROT: 36<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral  | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes   | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|---|---|---|--|---|--|
|   | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                      | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 <b>FESTIVO</b>  | VE: 2630/629<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 84<br>AZ: 18<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 7 <b>FESTIVO</b>  | 8 <b>FESTIVO</b>  | 9 Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14 Puré de patatas<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones a la carbonara con queso<br>Empanadillas de atún con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral   | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                             | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3223/771<br>GT: 26<br>GS: 4<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 33<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral     | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |



MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes  | Martes  | Miércoles  | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|--|---|--|--|---|--|
|  | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur y pan integral                       | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 <b>FESTIVO</b>  | VE: 2630/629<br>GT: 19<br>GS: 3<br>HC: 84<br>AZ: 18<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 7 <b>FESTIVO</b>   | 8 <b>FESTIVO</b>  | 9 Cazuela de verdura con fideos<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 2999/717<br>GT: 21<br>GS: 2<br>HC: 105<br>AZ: 23<br>PROT: 37<br>SAL: 2 |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones a la carbonara con queso<br>Delicias de merluza con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral  | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur y pan integral                              | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3238/775<br>GT: 22<br>GS: 4<br>HC: 117<br>AZ: 24<br>PROT: 36<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral  | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |

MES: Diciembre 2020

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Valoración   |
|--|---|---|--|---|--|
|  | 1 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)<br>Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 2 Sopa de picadillo<br>Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con arroz salteado<br>Yogur de soja y pan integral              | 3 Crema de verduras con picatostes integrales<br>Magra en ajillo con patatas fritas<br>Fruta de temporada y pan integral               | 4 <b>FESTIVO</b>  | VE: 2612/625<br>GT: 19<br>GS: 2<br>HC: 83<br>AZ: 16<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 7 <b>FESTIVO</b>   | 8 <b>FESTIVO</b>  | 9 Fideos a la cazuela marinera<br>Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral | 10 Cocido de garbanzos<br>Pincho de pollo con ensalada de lechuga<br>Fruta de temporada y pan integral                                 | 11 Puré de calabacín con picatostes integrales<br>Pizza con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta de temporada y pan integral      | VE: 3394/812<br>GT: 29<br>GS: 5<br>HC: 110<br>AZ: 23<br>PROT: 39<br>SAL: 3 |
| 14 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo)<br>Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado<br>Fruta de temporada y pan integral | 15 Macarrones al ajillo<br>Delicias de merluza con ensalada de col<br>Fruta de temporada y pan integral   | 16 Arroz con salchichas y tomate<br>Caella en salsa con ensalada de lechuga<br>Yogur de soja y pan integral                     | 17 Crema de calabaza con picatostes integrales<br>Guiso de ternera con ensalada de lechuga y atún<br>Fruta de temporada y pan integral | 18 <b>JORNADA NAVIDEÑA</b><br>Sopa de Navidad<br>Pavo asado en salsa de ciruelas con patatas fritas<br>Postre especial y pan integral | VE: 3196/765<br>GT: 20<br>GS: 3<br>HC: 117<br>AZ: 23<br>PROT: 36<br>SAL: 3 |
| 21 Arroz campero<br>Contramuslo de pollo al horno con ensalada mixta<br>Fruta de temporada y pan integral  | 22 Puré de verduras con picatostes integrales<br>Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta de temporada y pan integral  | 23 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 24 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 25 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | VE: 2826/676<br>GT: 22<br>GS: 6<br>HC: 93<br>AZ: 23<br>PROT: 38<br>SAL: 2  |
| 28 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  | 29 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 30 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>   | 31 <b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>  |   | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |