



Menú Escolar Septiembre 2023

								<u>Viernes 1</u>	
								KCal.:	Lip.:
								Prot.:	H.car.:
<u>Lunes 4</u>		<u>Martes 5</u>		<u>Miércoles 6</u>		<u>Jueves 7</u>		<u>Viernes 8</u>	
KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:
Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:
<u>Lunes 11</u>		<u>Martes 12</u>		<u>Miércoles 13</u>		<u>Jueves 14</u>		<u>Viernes 8</u>	
KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:	Lip.:	KCal.:
Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:	H.car.:	Prot.:
<u>Lunes 18</u>		<u>Martes 19</u>		<u>Miércoles 20</u>		<u>Jueves 21</u>		<u>Viernes 22</u>	
Judías verdes con patatas Tortilla francesa con frankfurt Yogur, pan y agua		Puré de verduras Merluza a la marinera Fruta, pan y agua		Sopa maravilla Tortilla de patata con lechuga Fruta, pan y agua		Arroz murciano (con verduras) Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta, pan y agua		Garbanzos estofados Pescado con ensalada Fruta, pan y agua	
KCal: 721	Lip.: 21,9	KCal: 659	Lip.: 23,7	KCal: 532	Lip.: 19,7	KCal: 688	Lip.: 22,5	KCal: 665	Lip.: 22,0
Prot.: 45,2	H.car.: 98	Prot.: 19	H.car.: 95	Prot.: 14,6	H.car.: 77	Prot.: 34,2	H.car.: 117	Prot.: 48	Hcar.: 79
<u>Lunes 25</u>		<u>Martes 26</u>		<u>Miércoles 27</u>		<u>Jueves 28</u>		<u>Viernes 29</u>	
Arroz a la cubana Sardinas con huevo duro y ensalada Fruta, pan y agua		Judías verdes con patatas Lomo con rodaja de tomate Fruta, pan y agua		Judías pintas Tortilla con lechuga Fruta, pan y agua		Sopa de fideos Guiso de pavo con verduras Fruta, pan y agua		Patatas guisadas Rodaja de merluza con ensalada Yogur, pan y agua	
KCal: 764	Lip.: 27,5	KCal: 659	Lip.: 23,1	KCal: 658	Lip.: 19,3	KCal: 692	Lip.: 19,8	KCal: 721	Lip.: 21,9
Prot.: 26	H.car.: 119	Prot.: 40,8	Hcar.: 80	Prot.: 32,5	H.car.: 83	Prot.: 26,4	H.car.: 102	Prot.: 45,2	H.car.: 98

Menú de salvaguarda: Lentejas con arroz; Jamón de York con patatas chips; melocotón en almíbar

Los valores nutricionales indicados son aproximados y varían dependiendo de la edad de los alumnos/as

A los alumnos/as con incompatibilidades alimentarias (médicas, religiosas...) se les sustituirán los alimentos incompatibles por otros adecuados.

A continuación se especifican las sustituciones concretas para los alumnos/as que no comen carne (por ejemplo los musulmanes)



COLEGIO SANTA ANA
C/ Coso, 18 – 50700 Caspe - Tel. 976630396



Septiembre 2023

Sustituciones de alimentos para los alumnos que no comen carne

Día	Sustitución
18	Tortilla francesa con loncha de queso
21	Sardinas con patatas fritas
26	Tortilla española con rodaja de tomate
28	Pescado en salsa con verduras