



La Educación,
nuestra mejor herencia

Colegio El Prat

Carretera Lliria-Olocau, km 1,5
46160 LLIRIA (Valencia)
Tlf: 962 780 071 - Fax: 962 782 561
email: colegioelprat@colegioelprat.com
www.colegioelprat.com

Menú octubre 2023

menú dieta blanda



<p>LUNES / DILLUNS 2 738,7Kcal - Prot:29,4g - Lip:31,9g - HC:76,6g</p> <p>Hervido de patata Lomo con patatas dado Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MARTES / DIMARTS 3 602,5Kcal - Prot:22,3g - Lip:28,6g - HC:59,5g</p> <p>Guiso de magro y patata Tortilla francesa 2º CICLO: Tortilla francesa Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 4 725,8Kcal - Prot:29,4g - Lip:29,2g - HC:84,3g</p> <p>Espaguetis ECOLÓGICOS con york Merluza a la plancha Yogur natural Pan blanco</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 5 588,9Kcal - Prot:18,0g - Lip:15,2g - HC:90,4g</p> <p>Hervido de patata Pollo a la plancha con puré de patata Yogur natural Pan blanco</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 6 JORNADA MEDIEVAL</p> <p>SOPA MEDIEVAL: sopa de ave con fideos y pan blanco EL FESTÍN DE JAUME I: longanizas de ave SANT DONIS (DÍA DE LOS ENAMORADOS): yogur natural</p>
<p>LUNES / DILLUNS 9</p> <p>FESTIVO</p>	<p>MARTES / DIMARTS 10 641,5Kcal - Prot:30,4g - Lip:21,0g - HC:79,3g</p> <p>Macarrones ECOLÓGICOS con york Abadejo en su jugo Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 11 642,5Kcal - Prot:35,7g - Lip:21,0g - HC:73,1g</p> <p>Hervido de patata Chapatita de queso fresco y york Yogur natural Pan blanco</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 13</p> <p>FESTIVO</p>
<p>LUNES / DILLUNS 16 618,0Kcal - Prot:26,7g - Lip:15,9g - HC:86,8g</p> <p>Crema de patata Pollo a la plancha Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MARTES / DIMARTS 17 588,5Kcal - Prot:25,0g - Lip:22,1g - HC:71,0g</p> <p>Arroz con atún Tortilla francesa con york Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 18 691,4Kcal - Prot:27,6g - Lip:20,8g - HC:93,1g</p> <p>Hervido de patata Tosta de queso y york Yogur natural Pan blanco</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 19 759,3Kcal - Prot:31,2g - Lip:33,0g - HC:76,9g</p> <p>Hervido de patata Jurel en su jugo Yogur natural Pan blanco</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 20 592,4Kcal - Prot:23,2g - Lip:24,1g - HC:65,7g</p> <p>Sopa de ave Magro a la plancha Yogur natural Pan blanco</p>
<p>LUNES / DILLUNS 23 715,9Kcal - Prot:28,8g - Lip:22,6g - HC:96,6g</p> <p>Pasta con york Tosta de caballa Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MARTES / DIMARTS 24 652,3Kcal - Prot:23,7g - Lip:30,0g - HC:67,8g</p> <p>Crema de patata Muslito de pollo al ast Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 25 592,5Kcal - Prot:34,4g - Lip:14,6g - HC:75,5g</p> <p>Hervido de patata Lenguadina a la plancha con patatas al horno Yogur natural Pan blanco</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 26 754,8Kcal - Prot:37,2g - Lip:31,2g - HC:76,2g</p> <p>Arroz con huevo duro Hamburguesa de ave 2º CICLO: Hamburguesa de ave Yogur natural Pan blanco</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 27 664,2Kcal - Prot:29,0g - Lip:29,3g - HC:65,3g</p> <p>Sopa de ave Tortilla francesa Yogur natural Pan blanco</p>
<p>LUNES/DILLUNS 30 600,8Kcal - Prot:26,5g - Lip:22,3g - HC:66,5g</p> <p>Hervido de patata Tortilla de patata Yogur natural Pan blanco</p>	<p>MARTES/DIMARTS 31 MENÚ FAMILIA ADDAMS</p> <p>ESPAGUETIS MORTICIANOS: Espaguetis con atún 2º CICLO: Espaguetis con atún LA COSA: pollo a la plancha con patatas fritas DULCE DE MIÉRCOLES: Yogur natural</p> 	<p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados, edulcorantes o cualquier otro aditivo que pueda contener fructosa. *No se añadirá azúcar a ninguno de los platos. *No se servirá fruta como postre ni se añadirá a ninguno de los platos.</p>	<p>IVAMOS AL MERCADO!</p> <p>ANEM AL MERCAT!</p> 	