

# DIETA HIPOCALÓRICA

CEIP SAN FERNANDO

Enero y Febrero 2021



<p><b>LUNES</b> 04-ENE. -01-FEB.</p> <p>PURÉ DE CALABACÍN</p> <p>CARNE CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 05-ENE. -02-FEB.</p> <p>RANCHO CANARIO</p> <p>CARBONERO AL HORNO II</p> <p>ENSALADA DEL JARDÍN FR. NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 06-ENE. -03-FEB.</p> <p>SOPA MARINERA</p> <p>ESCALOPINES DE CERDO</p> <p>PANACHÉ DE VERDURAS BC</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 07-ENE. -04-FEB.</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>LOMITO DE ATÚN</p> <p>PIMIENTOS CONFITADOS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 08-ENE. -05-FEB.</p> <p>POTAJE DE LEGUMBRES</p> <p>PECHUGA DE POLLO AL NATURAL</p> <p>BRÓCOLI Y COLIFLOR</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 11-ENE. -08-FEB.</p> <p>POTAJE DE BUBANGO Y CALABAZA</p> <p>LOMO DE ATÚN</p> <p>SANFAINA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 12-ENE. -09-FEB.</p> <p>PURÉ DE HORTALIZAS</p> <p>ALBÓNDIGAS N. A LA CASERA</p> <p>HABICHUELAS AL AJILLO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 13-ENE. -10-FEB.</p> <p>CREMA DE BERROS</p> <p>JUDIAS PINTAS COMPUESTAS CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 14-ENE. -11-FEB.</p> <p>SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO</p> <p>LOMITOS DE FOGONERO</p> <p>ENSALADA 4 COLORES FR. NAT.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 15-ENE. -12-FEB.</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA</p> <p>RUEDAS DE TOMATE</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 18-ENE. -15-FEB.</p> <p>CREMA CANARIA</p> <p>MUSLO DE POLLO DESHUESADO</p> <p>VERDURAS AL VAPOR</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 19-ENE. -16-FEB.</p> <p>POTAJE DE ESPINACAS Y ACELGAS</p> <p>LENTEJAS COMPUESTAS VEG.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 20-ENE. -17-FEB.</p> <p>SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS</p> <p>FOGONERO AL VAPOR</p> <p>ENSALADA FRESCA</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 21-ENE. -18-FEB.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS BLANCAS</p> <p>TERNERA EN SU JUGO</p> <p>PISTO DE VERDURAS B.C.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 22-ENE. -19-FEB.</p> <p>PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN</p> <p>ENSALADA VERDE</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 25-ENE. -22-FEB.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS PINTAS</p> <p>PECHUGA DE POLLO</p> <p>GUISANTES A LA FRANCESA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 26-ENE. -23-FEB.</p> <p>PURÉ DE ACELGAS</p> <p>ATÚN AL HORNO</p> <p>MENESTRA TRICOLOR BC</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 27-ENE. -24-FEB.</p> <p>POTAJE CASERO</p> <p>BISTEC DE PAVO</p> <p>PIMIENTOS ASADOS</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 28-ENE. -25-FEB.</p> <p>SOPA DE PUCHERO</p> <p>GARBANZOS CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 29-ENE. -26-FEB.</p> <p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>MERLUZA ESCALFADA</p> <p>ENSALADA BC.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo... En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015