



SEPTIEMBRE 2017

Se dispone de la información de alérgenos en cocina y comedor

VIERNES / Freitag	
1	
VIERNES / Freitag	
8	
Ensaladilla rusa Salat	
Albóndigas en salsa Fleischballchen in Sauce	
Lacteo Milchprodukt	
de 3 a 8 años Kcal: 596,5 Prot. (g):36,5 Lip (g):18,5 HC (g):71	de 9 a 12 años Kcal: 776 Prot. (g):48 Lip (g):22 HC (g):96,5
VIERNES / Freitag	
15	
Judías Verdes Grüne Bohnen	
Huevo con salsa boloñesa	
Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:598,5 Prot (g):26,7 Lip (g):24,5 HC (g):67,8	de 9 a 12 años Kcal:762,3 Prot (g):31,2 Lip (g):29,5 HC (g):93
VIERNES / Freitag	
22	
Ensalada de pasta Nudelsalat	
Jamoncitos de pollo asado con hortalizas Brathähnchen	
Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:600 Prot(g):33,5 Lip (g):22 HC (g):67	de 9 a 12 años Kcal:765 Prot(g):38 Lip (g):27 HC (g):92,5
VIERNES / Freitag	
29	
Arroz con verdura Reis mit Gemüse	
Torilla de patata con ensalada	
Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:617,5 Prot (g):33,5 Lip (g):25,5 HC (g):63,5	de 9 a 12 años Kcal:796 Prot (g):39 Lip (g):28,5 HC (g):96,5

LUNES / Montag		MARTES / Dienstag		MIÉRCOLES / Mittwoch		JUEVES / Donnerstag		VIERNES / Freitag	
4		5		6		7		8	
						Arroz con tomate Reis mit Tomatensauce		Ensaladilla rusa Salat	
						Cabezada de cerdo con salsa de hortalizas		Albóndigas en salsa Fleischballchen in Sauce	
						Fruta y leche Obst und Milch		Lacteo Milchprodukt	
de 3 a 8 años Kcal:643,5 Prot (g):26,5 Lip (g):31,5 HC (g):63,5	de 9 a 12 años Kcal:836 Prot (g):34,5 Lip (g):38 HC (g):89					de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):26,5 Lip (g):19 HC (g):82	de 9 a 12 años Kcal:715 Prot (g):38 Lip (g):23 HC (g):89	de 3 a 8 años Kcal:596,5 Prot. (g):36,5 Lip (g):18,5 HC (g):71	de 9 a 12 años Kcal: 776 Prot. (g):48 Lip (g):22 HC (g):96,5
LUNES / Montag		MARTES / Dienstag		MIÉRCOLES / Mittwoch		JUEVES / Donnerstag		VIERNES / Freitag	
11		12		13		14		15	
Macarrones con chorizo y tomate Röhrennudeln mit Chrizo		Ensalada de Arroz Reissalat		Borrajá Borretschgemüse		Lentejas estofadas con arroz Linsengemüse mit Reis		Judías Verdes Grüne Bohnen	
Pechuga empanada con ensalada Paniertes Hähnchenbrust		Pescado al horno en salsa de hortalizas Paniertes		Carrillera Guisada con ensalada Gekochte Schweinebäckchen mit Salat		Pescado con ensalada Fisch mit Salat		Huevo con salsa boloñesa	
Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Lacteo Milchprodukt		Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:600,33 Prot(g):27,32 Lip (g):25 HC (g):66,4	de 9 a 12 años Kcal:706,83 Prot(g):41,53 Lip (g):30,31 HC (g):69,6	de 3 a 8 años Kcal:608,13Prot(g):28,5 Lip (g):19,25HC(g):78,25	de 9 a 12 años Kcal:710,5 Prot. (g):37 Lip (g):28,5 HC (g):76,5	de 3 a 8 años Kcal:616 Prot (g):22,5 Lip (g):29,75 HC (g):64,5	de 9 a 12 años Kcal:745,58 Prot (g):33,33 Lip (g):38,91 HC (g):65,5	de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):26,5 Lip (g):19 HC (g):82	de 9 a 12 años Kcal:715 Prot (g):38 Lip (g):23 HC (g):89	de 3 a 8 años Kcal:598,5 Prot (g):26,7 Lip (g):24,5 HC (g):67,8	de 9 a 12 años Kcal:762,3 Prot (g):31,2 Lip (g):29,5 HC (g):93
LUNES / Montag		MARTES / Dienstag		MIÉRCOLES / Mittwoch		JUEVES / Donnerstag		VIERNES / Freitag	
18		19		20		21		22	
Paella Paella		Garbanzos con chorizo Kichererbsen mit Chorizo		Acelga con Jamón Mangold mit Schinken		Judías Blancas con arroz Weiße Bohnen mit Reis		Ensalada de pasta Nudelsalat	
Salchichas con tomate Würstchen mit tomatsauce		Pescado al horno con ensalada Fisch mit Salat		Ternera guisada con ensalada Paniertes Kalbfleisch mit Salat		Pescado rebozado con ensalada Fisch mit Salat		Jamoncitos de pollo asado con hortalizas Brathähnchen	
Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Postre Casero Milchprodukt		Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:614,5 Prot(g):18,75 Lip (g):33,5 HC (g):59,5	de 9 a 12 años Kcal:789,83 Prot(g):28,64 Lip (g):46,66 HC (g):66	de 3 a 8 años Kcal:596,5 Prot. (g):28,1 Lip (g):21,5 HC (g):83,5	de 9 a 12 años Kcal:737,55 Prot. (g):40,3 Lip (g):26,25 HC (g):83,5	de 3 a 8 años Kcal:606,35Prot(g):28,16 Lip (g):25,33 HC (g):68,5	de 9 a 12 años Kcal:695,5 Prot (g):37 Lip (g):33,5 HC (g):61,5	de 3 a 8 años Kcal:610,5 Prot (g):26,5 Lip (g):19,5 HC (g):82	de 9 a 12 años Kcal:786,83 Prot (g):39 Lip (g):23,25 HC (g):95,5	de 3 a 8 años Kcal:600 Prot(g):33,5 Lip (g):22 HC (g):67	de 9 a 12 años Kcal:765 Prot(g):38 Lip (g):27 HC (g):92,5
LUNES / Montag		MARTES / Dienstag		MIÉRCOLES / Mittwoch		JUEVES / Donnerstag		VIERNES / Freitag	
25		26		27		28		29	
Judías Verdes Grüne Bohnen		Fideuá Fideua - Nudelpfanne		Crema de Verduras Gemüsecremesuppe		Ensalada de Legumbre Hülsenfruchtsalat		Arroz con verdura Reis mit Gemüse	
Hamburguesa con Lechuga Hamburger mit Kopfsalat		Pescado al horno con ensalada Fisch mit Sauce und Salat		Pavo con Manzana con ensalada Geflügelragout mit Äpfeln it Salat		Bonito con Tomate Fisch mit Sauce		Torilla de patata con ensalada	
Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Fruta y leche Obst und Milch		Lacteo Milchprodukt		Fruta y leche Obst und Milch	
de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):29,04 Lip (g):26,6 HC (g):56,5	de 9 a 12 años Kcal:750 Prot (g):35,5 Lip (g):39,5 HC (g):71	de 3 a 8 años Kcal:608 Prot (g):31,75 Lip (g):20 HC (g):78,25	de 9 a 12 años Kcal:737,5 Prot (g):37,6 Lip (g):25,5 HC (g):91,6	de 3 a 8 años Kcal:600,5 Prot (g):26,5 Lip (g):25,5 HC (g):65	de 9 a 12 años Kcal:748 Prot (g):44,6 Lip (g):25,5 HC (g):83,6	de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):26,5 Lip (g):19 HC (g):82	de 9 a 12 años Kcal:792,25 Prot (g):44 Lip (g):35,5 HC (g):77,25	de 3 a 8 años Kcal:617,5 Prot (g):33,5 Lip (g):25,5 HC (g):63,5	de 9 a 12 años Kcal:796 Prot (g):39 Lip (g):28,5 HC (g):96,5

<http://www.aliseogodoy.org> email: comedor@aliseogodoy.org Tel: 976554095
 Valoración nutricional por D^a M^a Gloria Romero del Castillo Shelly, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética N^o Colegiado: AFA00091
 Todos los segundos platos tienen guarimión de ensalada u hortalizas. Además toman mínimo una ración de pan
 Toda la verdura, hortalizas, legumbre, fruta y pasta son de agricultura ecológica. Dependiendo del mercado, aunque no ponga el