

## MENU INSTITUTO ORSINO AGOSTO 2018

		<b>MIERCOLES 1</b>	<b>JUEVES 2</b>	<b>VIERNES 3</b>
		Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo <b>528,5 kcal</b>	Ternerita a la cacerola estofada con papas <b>545 kcal</b>	Tirabuzones con salsa bolognesa <b>430,6 kcal</b>
		Flan <b>200 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>
<b>LUNES 6</b>	<b>MARTES 7</b>	<b>MIERCOLES 8</b>	<b>JUEVES 9</b>	<b>VIERNES 10</b>
Formitas de pescado con ensalada de zanahoria y huevo <b>653 kcal</b>	Pollo a la cacerola con ensalada mixta <b>457 kcal</b>	Hamburguesa de carne con papas al horno <b>561 kcal</b>	Tirabuzones con salsa rosa / manteca <b>358,4 kcal</b>	Suprema de pollo con arroz a la manteca <b>453,5 kcal</b>
Duraznos en almíbar <b>90 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Compota de frutas <b>105 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>	Flan <b>200 kcal</b>
<b>LUNES 13</b>	<b>MARTES 14</b>	<b>MIERCOLES 15</b>	<b>JUEVES 16</b>	<b>VIERNES 17</b>
Suprema de pollo con ensalada de tomate y huevo <b>397,5 kcal</b>	Tirabuzones con salsa rosa / manteca <b>358,4 kcal</b>	Patitas de pollo al horno con puré de papas <b>700 kcal</b>	Ternerita a la cacerola estofada <b>545 kcal</b>	Milanesa de ternera con ensalada mixta <b>433,4 kcal</b>
Fruta de estación <b>100 kcal</b>	?Gelatina <b>80 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Flan <b>200 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>
<b>LUNES 20</b>	<b>MARTES 21</b>	<b>MIERCOLES 22</b>	<b>JUEVES 23</b>	<b>VIERNES 24</b>
<b>FERIADO</b>	Pizza de muzzarella <b>705 kcal</b>	Tirabuzones con salsa bolognesa <b>430,6 kcal</b>	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo <b>528,5 kcal</b>	Suprema de pollo con arroz a la manteca <b>453,5 kcal</b>
	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>	Compota de frutas <b>105 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>
<b>LUNES 27</b>	<b>MARTES 28</b>	<b>MIERCOLES 29</b>	<b>JUEVES 30</b>	<b>VIERNES 31</b>
Formitas de pescado con puré de papas <b>700 kcal</b>	Bondiola de cerdo al horno con ensalada de tomate <b>354,5 kcal</b>	Milanesa de ternera con ensalada mixta <b>433,4 kcal</b>	Pollo a la cacerola <b>457 kcal</b>	Hamburguesa de carne con papas fritas <b>700,4 kcal</b>
Fruta asada <b>100 kcal</b>	Flan <b>200 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Compota de frutas <b>105 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>

\*CADA MENU HA SIDO CONFECCIONADO SEGÚN LAS ESPECIFICACIONES DE LA RESOLUCION Nº 1741/ MEGC/ 13

\* SE UTILIZAN LEGUMBRES EN REEMPLAZO DE CEREALES CADA 10 LISTAS

\*TOMANDO COMO REFERENCIA LAS I.D.R. SE APORTAN 35 GRAMOS DIARIOS DE PROTEINAS, QUE CORRESPONDEN A UN 50% DE LA RECOMENDACIÓN