

**MENU INSTITUTO ORSINO SEPTIEMBRE 2018**

<b>LUNES 3</b>	<b>MARTES 4</b>	<b>MIERCOLES 5</b>	<b>JUEVES 6</b>	<b>VIERNES 7</b>
Patitas de pollo al horno con ensalada de tomate y huevo <b>653 kcal</b>	Ternerita a la cacerola con ensalada mixta <b>457 kcal</b>	Milanesa de ternera con puré de papas <b>549,1 kcal</b>	Empanadas de jamón y queso <b>702 kcal</b>	Tirabuzones con salsa bolognesa <b>430,6 kcal</b>
Fruta asada <b>100 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Flan <b>200 kcal</b>	Ensalada de frutas <b>164 kcal</b>
<b>LUNES 10</b>	<b>MARTES 11</b>	<b>MIERCOLES 12</b>	<b>JUEVES 13</b>	<b>VIERNES 14</b>
Pollo a la cacerola con ensalada de papa y huevo <b>608 kcal</b>	<b>FERIADO</b>	Suprema de pollo con batatas asadas <b>561 kcal</b>	Formitas de pescado con ensalada de tomate y huevo <b>653 kcal</b>	Hamburguesa de carne con arroz a la manteca <b>453,5 kcal</b>
Postre lácteo <b>200 kcal</b>		Ensalada de frutas <b>164 kcal</b>	Aspic <b>115 kcal</b>	Compota de frutas mixta <b>105 kcal</b>
<b>LUNES 17</b>	<b>MARTES 18</b>	<b>MIERCOLES 19</b>	<b>JUEVES 20</b>	<b>VIERNES 21</b>
Ternerita a la cacerola con ensalada mixta <b>457 kcal</b>	Empanadas de jamón y queso <b>702 kcal</b>	Milanesa de ternera con papas fritas <b>700,4 kcal</b>	Albóndigas con arroz <b>469,3 kcal</b>	Tirabuzones con salsa bolognesa <b>430,6 kcal</b>
Ensalada de frutas <b>164 kcal</b>	Gelatina <b>80 kcal</b>	Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Flan <b>200 kcal</b>	Duraznos en almíbar <b>90 kcal</b>
<b>LUNES 24</b>	<b>MARTES 25</b>	<b>MIERCOLES 26</b>	<b>JUEVES 27</b>	<b>VIERNES 28</b>
Formitas de pescado con puré de papas <b>700 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>	Pizza de muzzarella <b>705 kcal</b>	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo <b>528,5 kcal</b>
Fruta de estación <b>100 kcal</b>	Postre lácteo <b>200 kcal</b>	Compota de frutas mixta <b>105 kcal</b>	Aspic <b>115 kcal</b>	Ensalada de frutas <b>164 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