

MENU INSTITUTO ORSINO

NOVIEMBRE 2018

			JUEVES 1	VIERNES 2
			Pizza de muzarella 705 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal
			Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal
LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Formitas de pescado con arroz a la manteca 558,2 kcal	Empanadas de jamón y queso 702 kcal	Suprema de pollo con ensalada de zanahoria y huevo 397,5 kcal	Tirabuzones con salsa estofado 430,6 kcal	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal
Arrolladito de dulce de leche 302 kcal	Fruta asada 100 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 kcal
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Ternerita a la cacerola estofada 545 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal	Patitas de pollo al horno con papas fritas 718 kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Hamburguesa de carne con arroz a la manteca 453,5 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal	Helado 180 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal	Helado 180 kcal
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
FERIADO	Suprema de pollo con ensalada de tomate y huevo 397,5 kcal	Milanesa de ternera con arroz a la manteca 722,5 kcal	Pollo a la cacerola 457 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal
	Ensalada de frutas 164 kcal	Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 kcal
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Formitas de pescado con arroz a la manteca 558,2 kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Patitas de pollo al horno con papas fritas 718 kcal	Tirabuzones con salsa estofado 430,6 kcal	FERIADO
Arrolladito de dulce de leche 302 kcal	Fruta asada 100 kcal	Helado 180 kcal	Fruta de estación 100 kcal	

*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

LISTAS

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