

MENU INSTITUTO ORSINO JUNIO 2019

LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal	Pollo a la cacerola 457 kcal	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Suprema de pollo con arroz a la manteca 453,5 Kcal
Fruta cítrica 100 kcal	Gelatina 80 kcal	Compota de manzana 105 kcal	Postre lácteo 200 kcal	Fruta de estación 100 kcal
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Pastel de pollo 460 kcal	Milanesa de ternera con papas al horno 565,4 kcal	Tirabuzones con estofado 430,6 kcal	Bondiola de cerdo al horno con arroz a la manteca 453,5 kcal	Formitas de pescado con ensalada de tomate y huevo 653 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal	Flan 200 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Arrolladito de dulce de leche 302 kcal
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
FERIADO	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal	Patitas de pollo al horno con puré de papas 700 kcal	FERIADO	Tirabuzones con estofado 430,6 kcal
	Gelatina 80 kcal	Fruta cítrica 100 kcal		Flan 200 kcal
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Formitas de pescado con arroz a la manteca 558,2 kcal	Carne a la cacerola 457 kcal	Suprema de pollo con ensalada de tomate y huevo 397,5 kcal	Tirabuzones con estofado 430,6 kcal	Milanesa de ternera con papas al horno 565,4 kcal
Duraznos en almibar 90 kcal	Flan 200 kcal	Fruta cítrica 100 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Compota de manzana 105 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**

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