

MENU INSTITUTO ORSINO SEPTIEMBRE 2019

LUNES 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Patitas de pollo al horno con ensalada de tomate y huevo 653 kcal	Ternerita a la cacerola con ensalada mixta 457 kcal	Milanesa de ternera con puré de papas 549,1 kcal	Empanadas de jamón y queso 702 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal
Fruta asada 100 kcal	Gelatina 80 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Flan 200 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal
LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Cazuela de pollo con papas 545 kcal	Tirabuzones con salsa rosa / manteca 358,4 kcal	FERIADO	Formitas de pescado con ensalada de tomate y huevo 653 kcal	Suprema de pollo con arroz a la manteca 453,5 Kcal
Postre lácteo 200 kcal	Fruta de estación 100 kcal		Aspic 115 kcal	Compota de frutas mixta 105 kcal
LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Ternerita a la cacerola con ensalada mixta 457 kcal	Empanadas de jamón y queso 702 kcal	Milanesa de ternera con papas fritas 700,4 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	Flan 200 kcal	Duraznos en almíbar 90 kcal
LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Formitas de pescado con puré de papas 700 kcal	Tirabuzones con salsa rosa / manteca 358,4 kcal	Suprema de pollo con arroz a la manteca 453,5 Kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Postre lácteo 200 kcal	Compota de frutas mixta 105 kcal	Aspic 115 kcal	Ensalada de frutas 164 kcal
LUNES 30				
Pollo a la cacerola 457 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**

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