

MENU INSTITUTO ORSINO NOVIEMBRE 2019

VIERNES 1				
Patitas de pollo al horno con puré de papas 700 kcal				
Helado 180 kcal				
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Empanadas de jamón y queso 702 kcal	Formitas de pescado con arroz a la manteca 558,2 kcal	Suprema de pollo con puré de papas 565,4 kcal	Tirabuzones con salsa estofado 430,6 kcal	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal
Fruta de estación 100 kcal	Fruta asada 100 kcal	Helado 180 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 kcal
LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Carne al horno con ensalada 457 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal	Patitas de pollo al horno con papas fritas 718 kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Suprema de pollo 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 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
FERIADO	Formitas de pescado con puré de papas 700 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	Helado 180 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 kcal
LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Empanadas de jamón y queso 702 kcal	Tirabuzones con salsa bolognesa 430,6 kcal	Suprema de pollo con puré de papas 565,4 kcal	Pizza de muzarella 705 kcal	Milanesa de ternera con ensalada de tomate y huevo 528,5 kcal
Duraznos en almíbar 90 kcal	Fruta asada 100 kcal	Helado 180 kcal	Fruta de estación 100 kcal	Helado 180 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**