

ORIENTACIONES PARA LAS CENAS

DICIEMBRE

FUNDACIÓN SMJ COLEGIO DIOCESANO "SANTA CRUZ"

Avda. de Burgos, 3 - 19005 - Guadalajara
 direccion@colegiosantacruz.org
 949 22 00 61



LUNES/MONDAY 2	MARTES/TUESDAY 3	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 4	JUEVES/THURSDAY 5	VIERNES/FRIDAY 6	
Crema de zanahorias y calabaza Tortillas francesas de jamón y ensalada mixta Pan-Fruta de temporada	Arroz tres delicias Boquerones en tempura con ensalada de maíz Pan-Fruta de temporada	Alubias pintas con verduras Alitas de pollo. INF. Contramuslos de pollo con ensalada de zanahorias Pan integral-yogur-Fruta de temporada	Macarrones integrales con chorizo Fletán en salsa con ensalada mixta Pan-Fruta de temporada	<p>6 de diciembre Día de la Constitución</p>	
Pescado azul con patata cocida/asada y pimientos Fruta	Pollo/pavo con menestra de coliflor y champiñones Fruta	Sándwich mixto con tomatitos asados Fruta	Lomo de cerdo con arroz y pimientos Yogur		
LUNES/MONDAY 9	MARTES/TUESDAY 10	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 11	JUEVES/THURSDAY 12	VIERNES/FRIDAY 13	
Arroz blanco con tomate Huevos fritos/tortillas y salchichas de ave con ensalada de atún Pan-Fruta de temporada	Lentejas con verduras Rabas de calamar con ensalada de tomate Pan-Fruta de temporada	Fideuá Mixta Pechugas de pollo a la plancha con ensalada mixta Pan integral-Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Bacalao con tomate. INF. Buñuelos de Bacalao con lechuga Pan-Fruta de temporada	Judías verdes con patatas y tomate Albóndigas en salsa con champiñones Pan-Fruta de temporada	
Crema de verduras y filete de ternera Fruta	Judías verdes con patata, zanahoria y taquitos de jamón Fruta	Verduras con tomate Huevo/tortilla Yogur	Lomo con salteado de verduras Fruta	Pescado azul con patata y calabacín/berenjena Fruta	
LUNES/MONDAY 16	MARTES/TUESDAY 17	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 18	JUEVES/THURSDAY 19	VIERNES/FRIDAY 20	
Purè de verduras Chuletas de Sajonia con ensalada de atún Pan-Fruta de temporada	Garbanzos guisados Hamburguesas de vacuno con ensalada de lechuga y maíz. Pan-Fruta de temporada	Pasta carbonara Salmón a la naranja con ensalada mixta Pan integral-Fruta de temporada	Alubias pintas con arroz integral Empanadillas de atún con ensalada de zanahorias Pan-Fruta de temporada	Sopa de pescado Pizzas variadas Turrón de chocolate (alergias: dulces sin alérgenos)	
Pescado azul con patata cocida/asada y pimientos Fruta	Huevos con pisto de verduras Yogur	Ternera/higado con calabacín/berenjena y patatas Fruta	Pollo/pavo con calabaza asada Fruta	Pollo con tomatitos y mazorca de maíz Fruta	

