



COLEGIO ASUNCIÓN NUESTRA SEÑORA – PIO XII

- ALBORAYA -



CURSO 2008 - 2009

Cuina José Porta, S.L.

Menús descargados de la web del APA WWW.APA-PIOXIIALBORAYA.COM

MENÚ N° 1*

Lunes		
Espaguetis con atún Hamburguesa de magro con patatas fritas Fruta	P=47 Ca=245 Fe=6 A=350	B1=0,4 B2=0,65 C=128
Martes		
Paella valenciana Salchichas de Frankfurt con ketchup Fruta	P=22,2 Ca=105 Fe=3,7 A=600	B1=0,23 B2=1,36 C=30
Miércoles		
Lentejas con verduras Tortilla de patata Melocotón en almíbar	P=32,4 Ca=109 Fe=80,6 A=1650	B1=0,57 B2=0,43 C=4
Jueves		
Sopa de Maravilla Pollo asado con papas Fruta	P=31,6 Ca=214 Fe=4,1 A=145,2	B1=0,45 B2=1,33 C=15
Viernes		
Arroz cubana Supremas de pescados con mahonesa Fruta	P=29,1 Ca=105 Fe=4,8 A=600	B1=0,36 B2=1,36 C=30

* Todos los menús se servirán acompañados de ensalada variada.



COLEGIO ASUNCIÓN NUESTRA SEÑORA – PIO XII

- ALBORAYA -



MENÚ N° 2*

Lunes		
Sopa de cocido Longanizas con tomate frito Fruta	P=18 Ca=50 Fe=2,8 A=600	B1=0,5 B2=1,33 C=25
Martes		
Macarrones boloñesa San Jacobo de pavo con papas Fruta	P=70 Ca=120 Fe=4,5 A=800	B1=1,8 B2=0,9 C=120
Miércoles		
Potaje de garbanzos Pechuga de pollo plancha con patatas fritas Lácteo	P=24,8 Ca=200 Fe=2,7 A=145,2	B1=1,25 B2=0,7 C=115
Jueves		
Arroz al horno Surtido de fiambres Melocotón en almíbar	P=20,5 Ca=55 Fe=2,6 A=20	B1=0,2 B2=0,3 C=4
Viernes		
Fideuá de pescado Rabas con mayonesa Fruta	P=31 Ca= 127 Fe= 7,2 A= 1103	B1= 0,6 B2= 0,6 C = 76

* Todos los menús se servirán acompañados de ensalada variada.



COLEGIO ASUNCIÓN NUESTRA SEÑORA – PIO XII

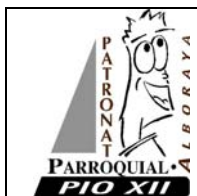
- ALBORAYA -



MENÚ N° 3*

Lunes		
Tallarines a la carbonara Albóndigas de magro en salsa Fruta	P=33,5 Ca=39 Fe=5,6 A=120	B1=0,44 B2=0,38 C=28
Martes		
Paella valenciana Jamón de york y queso Fruta	P=16 Ca=58 Fe=2,8 A=20	B1=0,3 B2=0,4 C=10
Miércoles		
Puré de verduras Pollo asado con patatas Fruta	P=62 Ca=408 Fe=9 A=1254	B1=3,48 B2=2,18 C=143
Jueves		
Lentejas caseras Pizza margarita Fruta	P=183 Ca=25,7 Fe=7,23 A=450	B1=0,16 B2=2,70 C=35
Viernes		
Arroz a la cubana Pescado a la plancha con mahonesa Fruta	P=27,65 Ca=93 Fe=7,23 A=600	B1=0,17 B2=1,59 C=47

* Todos los menús se servirán acompañados de ensalada variada.



COLEGIO ASUNCIÓN NUESTRA SEÑORA – PIO XII

- ALBORAYA -



MENÚ N° 4*

Lunes		
Macarrones a la milanesa	P=47	B1=0,4
Hamburguesa de pollo con patatas fritas	Ca=245	B2=0,65
Fruta	Fe=6	C=128
	A=350	
Martes		
Arroz milanesa	P=50,5	B1=0,72
Surtido de fiambres	Ca=813	B2=0,75
Fruta	Fe=7,9	C=23
	A=1220	
Miércoles		
Crema de ave	P=30,6	B1=1,05
Lomo empanado con tomate frito	Ca=171	B2=0,53
Lácteo	Fe=4,3	C=4,5
	A=145	
Jueves		
Sopa de fideos	P=31,6	B1=0,45
Rotti de pavo con verduras	Ca=214	B2=1,33
Fruta	Fe=4,1	C=15
	A=145,2	
Viernes		
Arroz de pescado y marisco	P=35,1	B1=0,24
Panga rebozada con mahonesa	Ca=68,66	B2=0,28
Fruta	Fe=1	C=28
	A=99,85	

* Todos los menús se servirán acompañados de ensalada variada.