



Colegio Diocesano Sagrado Corazón de Jesús

Propuestas de cenas – diciembre 2019



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
Caldo de verduras Cinta de lomo con guisantes salteados Yogur	Espárragos blancos aliñados Salmón con verduras al papillote Yogur	Crema de calabacín Tortilla de berenjenas con tomate abierto Yogur	Pimentada Tortilla de patatas con lechuga y tomate Yogur	FIESTA
Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
FIESTA	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogur	Puré de patatas Hamburguesa de atún con lechuga Yogur	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Ensalada vegetal Huevo a la americana Pan tostado con aceite y jamón Yogur
Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
Arroz tres delicias Pescado cocido con verduras Fruta del tiempo	Patatas aliñadas Cinta de lomo con guisantes Yogur	Judías verdes aliñadas Tortilla a la francesa con gambas Yogur	Espárragos salteados con jamón Empanadilla de atún Fruta del tiempo	SÍ HAY COLEGIO PERO NO HAY COMEDOR

NOTA: Todas las cenas deberán ser acompañadas por pan blanco/integral o picos y agua.