



Colegio Diocesano Sagrado Corazón de Jesús

Propuestas de cenas – enero 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
Picadillo de tomate Calamares a la plancha con verduras salteadas Yogur	Crema de verduras Huevo pasado por agua con jamón Yogur	Ensalada vegetal Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogur	Pan tostado con queso fresco Pinchitos de pollo con lechuga Fruta del tiempo	Coliflor aliñada Empanadilla de atún Yogur
Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
Crema de verduras Tortilla de patatas cocidas con pimentada Yogur	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogur	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogur	Ensalada mixta Porción de pizza vegetal con jamón cocido Yogur
Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
Crema de verduras Tortilla de patatas cocidas con pimentada Yogur	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espada con cebolla y perejil Yogur	Puré de patatas Hamburguesa de pollo con lechuga Yogur	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogur

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