

Menú de: MARZO 2024 Sin leche

Lunes



4 Kcal 627 HC 79 Lip 26 Prot 18

Crema de calabaza natural
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur de soja

11 Kcal 684 HC 89 Lip 25 Prot 25

Guiso de patatas con chorizo
San Jacobo de jamón de york casero
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

18 Kcal 702 HC 70 Lip 34 Prot 29

Guisantes salteados con ajo y cebolla ,crema de guisantes(2-6 años)
Huevos revueltos con patatas y salchichas
Fruta de temporada

Martes



5 Kcal 627 HC 85 Lip 20 Prot 24

Sopa de cocido

Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

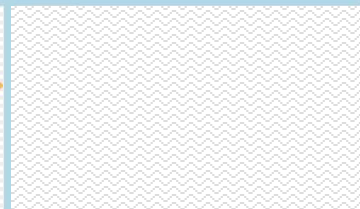
12 Kcal 655 HC 79 Lip 20 Prot 38

Lentejas guisadas a la jardinera
Churrasquito de pollo con aliño al pimentón
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

19 Kcal 610 HC 88 Lip 16 Prot 28

Arroz salteado con boloñesa de carne
Filete de abadejo a la vizcaína
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

Miércoles



6 Kcal 622 HC 88 Lip 17 Prot 30

Arroz con pollo y verduras
Tilapia con ajos confitados y perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

13 Kcal 714 HC 98 Lip 26 Prot 20

Crema Vichy
Arroz con salsa de tomate y huevo frito, huevo revuelto(2-6 años)

Yogur de soja

20 Kcal 655 HC 67 Lip 26 Prot 38

Alubias blancas con calabaza
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras
Salteado de guisantes y zanahorias
Gelatina

Jueves



7 Kcal 747 HC 87 Lip 27 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias
Caldera de cerdo duroc en salsa especiada y orégano
Salteado de verduras
Fruta de temporada

14 Kcal 603 HC 80 Lip 18 Prot 30

Sopa de estrellas con juliana de verdura
Carrillera en salsa Española
Patatas panadera
Fruta de temporada

21 Kcal 735 HC 87 Lip 32 Prot 21

Crema de zanahoria natural
Finger de pollo
Patatas fritas

Yogur de soja

Viernes

1 Kcal 617 HC 94 Lip 14 Prot 28

Arroz blanco con tomate frito
Solomillo de atún a la plancha, pescado alternativo hasta 3º de prim
Menestra salteada
Fruta de temporada

8 Kcal 652 HC 99 Lip 14 Prot 31

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Gelatina

15 Kcal 661 HC 97 Lip 18 Prot 27

Macarrones al pomodoro
Suprema de merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta de temporada

22

NO LECTIVO



Semana Santa

OBJETIVO DEL MES: SIRVO AGUA A LOS DEMÁS ANTES QUE A MÍ