

Menú de: MARZO 2025

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3 Kcal HC Lip Prot

No lectivo

4 Kcal HC Lip Prot
736 78 33 31

Crema de calabacín al natural
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras
Patatas fritas
Yogur

5 Kcal HC Lip Prot
586 90 15 22

Arroz blanco con tomate frito
Suprema de merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

6 Kcal HC Lip Prot
735 98 22 35

Fusilli a la carbonara con bacón
Pollo asado con un punto de mostaza
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

7 Kcal HC Lip Prot
664 74 22 35

Lentejas guisadas con zanahorias
Huevos revueltos con queso
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

10 Kcal HC Lip Prot
605 80 20 16

Judías verdes rehogadas con zanahoria y patatas
Canelones de carne al graten
Fruta de temporada


11 Kcal HC Lip Prot
629 76 24 28

Crema de verduras
Ragout de pollo al estilo tradicional
Patatas asadas
Yogur

12 Kcal HC Lip Prot
620 80 21 27

Alubias blancas a la jardinera
Revuelto de huevos con patatas
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

13 **JORNADA CHINA** 

Rollitos de primavera/sopa(3-6)
Cerdo agri dulce
Ensalada china
Gelatina 

14 Kcal HC Lip Prot
622 90 17 26

Arroz negro con calamares
Suprema de merluza con salsa marinera
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

17 Kcal HC Lip Prot
706 109 22 16

Arroz blanco con tomate
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

18 Kcal HC Lip Prot
582 85 15 24

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta de temporada

19 Kcal HC Lip Prot
595 69 23 27

Crema de puerros natural
Magro de cerdo estofado al estilo tradicional
Patatas asadas
Fruta de temporada

20 Kcal HC Lip Prot
656 77 21 39

Lentejas a la hortelana
Filete de pollo asado al curry
Arroz blanco
Fruta de temporada

21 Kcal HC Lip Prot
664 91 16 36

Macarrones integrales con salsa de queso
Solomillo de atún/Abadejo(0-9 años)
Ensalada de tomate y cebolla
Yogur

24 Kcal HC Lip Prot
677 67 31 29

Brócoli rehogado
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras
Patatas fritas
Fruta de temporada

25 Kcal HC Lip Prot
724 106 23 24

Arroz blanco con tomate
Varitas de merluza
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

26 Kcal HC Lip Prot
690 69 31 34

Alubias blancas estofadas
Huevos revueltos con jamón y queso
Ensalada de lechuga y tomate
Helado

27 Kcal HC Lip Prot
545 75 15 26

Crema hortelana
Cuarto trasero de pollo con miel y romero
Arroz blanco
Fruta de temporada

28 Kcal HC Lip Prot
591 71 21 29

Sopa maravilla
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de lechuga y remolacha
Yogur

31 Kcal HC Lip Prot
593 91 14 26

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Documento de Consenso sobre Alimentación en los Centros Educativos de ámbito nacional

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.

OBJETIVO DEL MES: COMO TODO LO QUE ME PONEN SIN SER CAPRICHO

