

MES: Marzo 2021

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 Crema de verduras Gratén de huevos con bechamel Fruta y pan	2 Arroz con salsa de tomate Gratinado de salmón y patatas a lo pobre con cebolla Fruta y pan integral	3 Pasta con salsa de tomate Chuleta de aguja con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	4 Sopa de pasta Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	5 FESTIVO	VE: 2641/632 GT: 16 GS: 4 HC: 91 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2
8 Salteado de acelgas con patatas Magro en salsa con arroz Fruta y pan	9 Fideuá de pollo Filete de merluza a la griega (tomate, aceitunas negras, cebolla y orégano) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	11 JORNADA CASTILLA Y LEÓN Sopa de fideos Pollo al chilindrón con patatas fritas Hojaldre de miel y pan integral	12 Patatas estofadas con verduras Lomo adobado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan	VE: 3000/718 GT: 21 GS: 2 HC: 104 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 3
15 Pasta con salsa de tomate Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	16 Crema de verduras con arroz Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	17 Sopa de ave con pasta Bistec a la plancha Fruta y pan	18 Marmitako de atún Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral	19 Arroz con salsa de tomate Timbal de dorada y patatas a lo pobre Fruta y pan	VE: 2593/620 GT: 13 GS: 2 HC: 96 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 2
22 Macarrones con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan	23 Crema de calabacín Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral	24 Pasta con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado Fruta y pan	25 Crema de verduras Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan integral	26 Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2740/655 GT: 21 GS: 4 HC: 94 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
29 SEMANA SANTA	30 SEMANA SANTA	31 SEMANA SANTA		Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0