

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Marzo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO	5 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Albóndigas de calamar y merluza en salsa con parmentier de patata al romero Fruta y pan	6 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	7 Salteado de acelgas con patatas Salchichas frescas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 2986/714 GT: 27 GS: 7 HC: 90 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 3
10 Lentejas estofadas con verduras Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan	11 Salteado de judías verdes con patatas con zanahoria y calabacín Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	12 Garbanzos estofados con verduras Pollo asado al romero con brócoli salteado Fruta y pan	13 Crema de verduras Lomo en salsa con patatas dado Yogur y pan	14 Paella de verduras Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	VE: 3037/727 GT: 19 GS: 4 HC: 103 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 1
17 Menestra de verduras salteadas Albóndigas en salsa con patatas fritas Fruta y pan	18 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan	19 Gratén de coliflor con bechamel Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan	21 Coditos con salsa de tomate Salmón al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	VE: 3449/825 GT: 30 GS: 7 HC: 102 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 2
24 Judías verdes con tomate Pinchos morunos con patatas panaderas Fruta y pan	25 Espirales a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	26 Garbanzos estofados Tortilla francesa de queso con pisto Fruta y pan	27 Patatas a la riojana Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	28 Lentejas con quinoa y verduras Filete de merluza al horno con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan	VE: 2966/709 GT: 18 GS: 3 HC: 102 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 1
31 Salteado de acelgas con patatas Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan					VE: 2985/714 GT: 56 GS: 4 HC: 84 AZ: 29 PROT: 20 SAL: 3