

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Marzo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p><b>3</b></p> <p style="text-align: center;"><b>DÍA NO LECTIVO</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>4</b></p> <p style="text-align: center;"><b>DÍA NO LECTIVO</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Macarrones con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p>	<p><b>6</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Jamonicos de pollo al horno con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>7</b></p> <p>Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) Rabas de calamar con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>8</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>9</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3959/947 GT: 38 GS: 8 HC: 115 AZ: 23 PROT: 44 SAL: 2</p>
<p><b>10</b></p> <p>Coditos a la napolitana Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>11</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Delicias de bacalao con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>12</b></p> <p>Patatas estofadas con magro Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>13</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>15</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>16</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3327/796 GT: 30 GS: 7 HC: 96 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 1</p>
<p><b>17</b></p> <p>Macarrones con salsa de tomate con queso rallado Jamonicos de pollo asados con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>18</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>19</b></p> <p>Judías verdes con patatas Lomo al ajillo con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>20</b></p> <p style="text-align: center;"><b>JORNADA JAPONESA</b></p> <p>Ramen de verduras Katsu kare de carne con arroz salteado Postre especial y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>21</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>22</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>23</b></p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 3361/804 GT: 24 GS: 5 HC: 112 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p><b>24</b></p> <p>Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>25</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>26</b></p> <p>Patatas a la riojana Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p>	<p><b>27</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>28</b></p> <p>Coditos con salsa de tomate Varitas de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>29</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3376/808 GT: 33 GS: 8 HC: 97 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p><b>31</b></p> <p>Judías verdes salteadas Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>							<p>VE: 2445/585 GT: 17 GS: 1 HC: 80 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2</p>

(\* Recomendación cena (\*\* Recomendación comida // A partir de 18 meses)