

MES: Marzo 2020

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Crema de calabaza Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan	3 Arroz salteado Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	4 Puré de acelgas Chuleta de aguja con ensalada de lechuga Fruta y pan	5 <b>FESTIVO</b>	6 <b>FESTIVO</b>	VE: 2452/587 GT: 15 GS: 2 HC: 88 AZ: 26 PROT: 28 SAL: 3
9 Salteado de acelgas con patatas Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	10 Crema de calabaza Ventresca de merluza a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan	11 Arroz salteado Pollo asado con ensalada de lechuga Fruta y pan	12 <b>JORNADA GALLEGA</b> Crema de verduras Zorza con ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Pasta salteada Tortilla casera de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan	VE: 2468/590 GT: 14 GS: 2 HC: 87 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 2
16 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Huevos revueltos con ensalada de lechuga Fruta y pan	17 Puré de acelgas con arroz Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	18 Sopa de ave con fideos y quinoa Pechuga de pollo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan	19 Marmitako de atún Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan	20 Arroz salteado Timbal de dorada y patatas a lo pobre Fruta y pan	VE: 2596/621 GT: 13 GS: 2 HC: 96 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 3
23 Pasta salteada Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan	24 Puré de acelgas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	25 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al horno con patatas dado Fruta y pan	26 Salteado de judías verdes con patatas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Arroz salteado Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	VE: 2567/614 GT: 19 GS: 3 HC: 88 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 2
30 Puré de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan	31 Pasta salteada Chuleta de aguja con ensalada de lechuga Fruta y pan			Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.	VE: 2746/657 GT: 21 GS: 2 HC: 94 AZ: 26 PROT: 27 SAL: 2