

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE** 

MES: Marzo 2024

- Nombre del Colegio -

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes  | Valoración   |
|--|---|---|--|--|--|
|  |   |   |  | 1<br>Lentejas estofadas con verduras<br>Rabas de calamar con salteado de verduras<br>Fruta y pan       | VE: 3437/822<br>GT: 28<br>GS: 3<br>HC: 119<br>AZ: 29<br>PROT: 30<br>SAL: 2 |
| 4<br>Arroz con salsa de tomate<br>Abadejo a la donostiarra con zanahorias baby<br>Fruta y pan                          | 5<br>Sopa de cocido<br>Cocido completo con repollo salteado<br>Fruta y pan  | 6<br>Salteado de menestra de verduras al ajo tostado<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan | 7<br>Alubias estofadas con verduras<br>Albóndigas de merluza y pota en salsa con patatas dadas<br>asadas con ajo y romero<br>Yogur y pan | 8<br>Salteado de acelgas con patatas<br>Salchichas frescas con pisto<br>Fruta y pan                    | VE: 3148/753<br>GT: 26<br>GS: 4<br>HC: 102<br>AZ: 24<br>PROT: 33<br>SAL: 2 |
| 11<br>Lentejas estofadas con verduras<br>Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan | 12<br>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria<br>Pollo asado al romero con champiñones salteados<br>Fruta y pan | 13<br>Garbanzos estofados con verduras<br>Limanda al horno con dados de zanahorias y calabacín<br>Fruta y pan             | 14<br>Crema de verduras<br>Lomo al ajillo con patatas dadas<br>Yogur y pan   | 15<br>Paella de verduras<br>Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan | VE: 3036/726<br>GT: 20<br>GS: 3<br>HC: 100<br>AZ: 27<br>PROT: 40<br>SAL: 1 |
| 18<br>Menestra de verduras salteadas<br>Timbal de salmón con parmentier de patata al romero<br>Fruta y pan             | 19<br>Alubias estofadas con verduras<br>Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan            | 20<br>Crema de coliflor<br>Revuelto de atún con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan                               | 21<br>Sopa de cocido<br>Cocido completo con repollo salteado<br>Fruta y pan  | 22<br>Coditos gratinados<br>Pinchos morunos con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Yogur y pan         | VE: 3057/731<br>GT: 24<br>GS: 5<br>HC: 90<br>AZ: 27<br>PROT: 39<br>SAL: 2  |
| 25<br><b>NO LECTIVO</b>  | 26<br><b>NO LECTIVO</b>   | 27<br><b>NO LECTIVO</b>   | 28<br><b>NO LECTIVO</b>  | 29<br><b>NO LECTIVO</b>  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |