

Menú Marzo 1er Ciclo de Infantil

CURSO 22-23

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Crema de lentejas con ternera Pollo al horno Papas fritas Yogur o fruta	Puré de verduras y jamón Filete de cerdo con salsa manzana Arroz blanco Fruta natural	Crema de calabacín y merluza Croquetas de bacalao Tomate aliñado Fruta y natural
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Crema de calabaza y pollo Tortilla de jamón Tallarines con tomate y queso Plátanos	Puré de puerros y merluza Filete de pollo al ajillo Arroz con tomate Yogur o fruta	Crema de garbanzos y jamón Hamburguesa de ternera Verduritas salteadas Fruta natural	Puré de calabacín y pavo Magro en salsa Patatas a cuadros Fruta natural	Crema de alubias con huevo Merluza empanada Ensalada con espárragos Fruta natural
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Crema de lentejas y pavo Fogonero en salsa verde Zanahorias con patatas al vapor Plátanos	Puré de acelgas y ternera Pollo asado Coditos con atún Yogur o fruta	Crema de verduras y huevo Merluza al horno con tomate Arroz de la huerta Fruta natural	Puré de calabaza y pollo Estofado de ternera Patatas asadas Fruta natural	Puré de garbanzos y merluza Tortilla española Ensalada mixta Fruta natural
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Crema de berros pavo Filete merluza al horno Macarrones carbonara Plátanos	Puré de zanahorias y pollo Huevos con tomate y atún Arroz con verduritas Yogur o fruta	Crema de judías verdes y merluza Ragout de pavo Cous cous Fruta natural	Crema de garbanzos y ternera Filete de cerdo ajillo Zanahorias baby Fruta natural	Puré de verduras con huevo Lomo merluza ,salsa de zanahoria Patatas asadas Fruta natural
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Puré de verduras y merluza Tortilla española Ensalada de maíz Plátanos	Crema de guisantes y ternera Filete de pollo Papas cocidas Yogur o fruta	Crema de alubias y pollo Calamares rebozados Ensalada de zanahorias Fruta natural	Puré de puerros y merluza Lasaña de carne Fruta natural	Crema de calabaza con huevo Fogonero a la bilbaína Ensalada de tomate y queso Fruta natural



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE MARZO					
DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Miércoles 1	765	45,5	70,9	29,7	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta
Jueves 2	727	31,8	91,8	24,1	Verduras crudas o cocidas ,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 3	670	19,6	62,7	36,2	Verduras crudas o cocidas,huevo o carne,fruta o lácteo
Sábado 4					
Domingo 5					
Lunes 6	741	26,8	89	28,8	Verduras,crudas o cocidas,pesado,carne ,fruta o lácteo
Martes 7	707	43,5	79,8	23	Verduras crudas o cocidas,pescado ,huevo y fruta
Miércoles 8	753	30,2	76,9	33,3	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Jueves 9	661	33,6	69,4	24,9	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 10	793	38,3	86,5	27,6	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo fruta o lácteo
Sábado 11					
Domingo 12					
Lunes 13	793	54	77,4	24,9	Arroz ,pasta o patata,huevo o carne,fruta o lácteo
Martes 14	778	42,2	75	32,5	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta
Miércoles 15	715	25,2	99,7	21,5	Verduras crudas o cocidas,carne o huevofruta o lácteo
Jueves 16	646	28,5	74,4	23,2	Arroz,pasta o patata ,pescado o huevo,fruta o lácteo
Viernes 17	743	29	84,2	27,6	Verduras crudas o cocidas,pescado o carne fruta o lácteo
Sábado 18					
Domingo 19					
Lunes 20	734	31,5	87,7	26,5	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo fruta o lácteo
Martes 21	795	29,5	96,7	30,5	Verduras crudas o cocidas,carne o pescado,fruta
Miércoles 22	679	30,9	74,5	25,6	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo fruta o lácteo
Jueves 23	707	38,4	74,4	25,2	Verduras crudas o cocidas ,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 24	590	22,7	75,4	18,8	Arroz ,pasta o patata,carne o huevo,fruta o lácteo
Sábado 25					
Domingo 26					
Lunes 27	704	18,3	96,7	24	Verduras crudas o cocidas ,carne o pescado,fruta o lácteo
Martes 28	689	48,7	57,5	27,7	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo,fruta
Miércoles 29	707	31,4	71,7	27,8	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 30	675	24	90,6	21,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta o lácteo
Viernes 31	642	45,8	65,9	19,4	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo,fruta

Menú marzo 1er Ciclo de Infantil alérgicos a la proteína de la leche

CURSO 22-23

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Crema de lentejas Pollo al horno Papas fritas Yogur soja o fruta	Sopa de estrellitas Filete de cerdo salsa manzana Arroz blanco Fruta natural	Crema de calabacín Croquetas de bacalao Tomate aliñado Fruta y natural
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Crema de calabaza Tortilla de jamón Tallarines con tomate Plátanos	Puré de puerros Filete de pollo al ajillo Arroz con tomate Yogur soja o fruta	Crema de garbanzos Hamburguesa de pollo Verduritas salteadas Fruta natural	Puré de calabacín Magro en salsa Patatas a cuadros Fruta natural	Crema de alubias Merluza empanada Ensalada con espárragos Fruta natural
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Crema de lentejas Fogonero en salsa verde Zanahorias con patatas al vapor Plátanos	Puré de acelgas Pollo asado Coditos con atún Yogur soja o fruta	Crema de verduras Merluza al horno con tomate Arroz de la huerta Fruta natural	Puré de calabaza Filete de pollo Patatas asadas Fruta natural	Puré de garbanzos Tortilla española Ensalada mixta Fruta natural
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Crema de berros Filete merluza al horno Macarrones con tomate Plátanos	Puré de zanahorias Huevos con tomate y atún Arroz con verduritas Yogur soja o fruta	Crema de judías verdes Ragout de pavo Cous cous Fruta natural	Crema de garbanzos Filete de cerdo ajillo Zanahorias baby Fruta natural	Puré de verduras Lomo merluza ,salsa de zanahoria Patatas asadas Fruta natural
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Puré de verduras Tortilla española Ensalada de maíz Plátanos	Crema de guisantes Filete de pollo Papas cocidas Yogur soja o fruta	Crema de alubias Calamares rebozados Ensalada de zanahorias Fruta natural	Puré de puerros Filete de pavo Coditos salteados Fruta natural	Crema de calabaza Fogonero a la bilbaína Ensalada de tomate y queso Fruta natural



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE MARZO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Miércoles 1	765	45,5	70,9	29,7	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta
Jueves 2	727	31,8	91,8	24,1	Verduras crudas o cocidas ,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 3	670	19,6	62,7	36,2	Verduras crudas o cocidas,huevo o carne,fruta o lácteo
Sábado 4					
Domingo 5					
Lunes 6	741	26,8	89	28,8	Verduras,crudas o cocidas,pesado,carne ,fruta o lácteo
Martes 7	707	43,5	79,8	23	Verduras crudas o cocidas,pescado ,huevo y fruta
Miércoles 8	753	30,2	76,9	33,3	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Jueves 9	661	33,6	69,4	24,9	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 10	793	38,3	86,5	27,6	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo fruta o lácteo
Sábado 11					
Domingo 12					
Lunes 13	793	54	77,4	24,9	Arroz ,pasta o patata,huevo o carne,fruta o lácteo
Martes 14	778	42,2	75	32,5	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta
Miércoles 15	715	25,2	99,7	21,5	Verduras crudas o cocidas,carne o huevofruta o lácteo
Jueves 16	646	28,5	74,4	23,2	Arroz,pasta o patata ,pescado o huevo,fruta o lácteo
Viernes 17	743	29	84,2	27,6	Verduras crudas o cocidas,pescado o carne fruta o lácteo
Sábado 18					
Domingo 19					
Lunes 20	734	31,5	87,7	26,5	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo fruta o lácteo
Martes 21	795	29,5	96,7	30,5	Verduras crudas o cocidas,carne o pescado,fruta
Miércoles 22	679	30,9	74,5	25,6	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo fruta o lácteo
Jueves 23	707	38,4	74,4	25,2	Verduras crudas o cocidas ,pescado o huevo fruta o lácteo
Viernes 24	590	22,7	75,4	18,8	Arroz ,pasta o patata,carne o huevo,fruta o lácteo
Sábado 25					
Domingo 26					
Lunes 27	704	18,3	96,7	24	Verduras crudas o cocidas ,carne o pescado,fruta o lácteo
Martes 28	689	48,7	57,5	27,7	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo,fruta
Miércoles 29	707	31,4	71,7	27,8	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 30	675	24	90,6	21,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta o lácteo
Viernes 31	642	45,8	65,9	19,4	Verduras crudas o cocidas,carne o huevo,fruta