



Menú Escolar *Marzo* 2017  
MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6  
Coditos con tomate casero y queso  
Huevos revueltos con jamón y queso, lechuga y tomate  
Naranja  
Li 24 | Pr 25 | HC 93 | **kCal 688**

7  
Lentejas con chorizo  
Fte de merluza en salsa verde con lechuga, canónigos y tomate  
Yogur  
Li 23 | Pr 26 | HC 96 | **kCal 695**

13  
Arroz tres deliciosos (tortilla, jamón y maíz)  
Ftes rusos con tomate casero, lechuga, canónigos y tomate  
Naranja  
Li 24 | Pr 23 | HC 97 | **kCal 696**

14  
Macarrones a la carbonara  
Fte de gallitos con lechuga, tomate y zanahoria  
Yogur  
Li 24 | Pr 24 | HC 95 | **kCal 692**

20  
**DÍA FESTIVO**

21  
Espirales vegetales con atún, tomate cherry y aceitunas  
Huevos fritos con lechuga y maíz  
Yogur  
Li 25 | Pr 24 | HC 95 | **kCal 701**

27  
Coditos con tomate casero  
Lomo de cerdo con lechuga, tomate y maíz  
Melocotón en almíbar  
Li 25 | Pr 24 | HC 97 | **kCal 709**

28  
Lentejas con verduras  
Fte de merluza con lechuga, brotes tiernos y rúcula  
Yogur  
Li 23 | Pr 25 | HC 93 | **kCal 679**

1  
Crema de calabaza  
Solomillos de atún con pisto  
Plátano  
Li 25 | Pr 27 | HC 90 | **kCal 693**

8  
Patatas con calamares  
Albóndigas con verduras (zanahoria, guisantes...)  
Kiwi  
Li 24 | Pr 25 | HC 94 | **kCal 692**

15  
Judías verdes con jamón  
Tortilla de patata con lechuga de hoja de roble, escarola, espinacas  
Plátano  
Li 23 | Pr 25 | HC 93 | **kCal 691**

22  
Paella de pescado y marisco  
Salchichas al horno con lechuga, tomate y espinacas  
Kiwi  
Li 24 | Pr 25 | HC 93 | **kCal 688**

29  
Patatas a la riojana  
Huevos revueltos con atún, lechuga, escarola y tomate  
Plátano  
Li 24 | Pr 27 | HC 94 | **kCal 700**

2  
Arroz con pollo y verduras  
Croquetas de jamón con lechuga hoja de roble, canónigos y tomate  
Mandarina  
Li 26 | Pr 25 | HC 92 | **kCal 702**

9  
Sopa maravilla de verduras  
Fte de pollo con lechuga, tomate y maíz  
Plátano  
Li 23 | Pr 24 | HC 95 | **kCal 683**

16  
Sopa de cocido  
Cocido completo (garbanzos, repollo, carne...)  
Pera  
Li 23 | Pr 27 | HC 98 | **kCal 707**

23  
Guisantes con jamón  
Pollo asado con puré de patata  
Plátano  
Li 24 | Pr 23 | HC 97 | **kCal 696**

30  
Arroz con verduras (champiñones, alcachofas...)  
Albóndigas en salsa  
Naranja  
Li 23 | Pr 25 | HC 96 | **kCal 691**

3  
Coliflor gratinada  
Fte de lenguado con lechuga, tomate y espinacas  
Pera y lechre  
Li 24 | Pr 23 | HC 96 | **kCal 692**

10  
Arroz con tomate casero  
Fte de palometa con lechuga, brotes tiernos y aceitunas  
Manzana y leche  
Li 25 | Pr 22 | HC 96 | **kCal 697**

17  
**DÍA NO LECTIVO**

24  
Judías blancas con verduras  
Fte de lenguado con lechuga, canónigos y zanahoria  
Manzana y leche  
Li 23 | Pr 24 | HC 95 | **kCal 687**

31  
Crema de calabaza  
Solomillos de atún encebollado con lechuga y tomate  
Pera y leche  
Li 24 | Pr 25 | HC 94 | **kCal 692**

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS | TODOS LOS DÍAS COMEN CON PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA



CEREALES CON GLUTEN

CRUSTÁCEOS

HUEVOS

PESCADO

SULFITOS

MOLUSCOS

LÁCTEOS

FRUTOS DE CÁSCARA