

MES: Marzo 2023

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Lentejas estofadas con verduras Fingers de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	2 Sopa de pasta Albóndigas a la jardinera Yogur de soja y pan	3 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y cebolla Fruta de temporada y pan	VE: 2988/715 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 15 PROT: 32 SAL: 1
6 Crema de verduras Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan	7 Garbanzos estofados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan	8 Sopa de estrellas Pollo asado al limón con zanahoria al vapor Fruta de temporada y pan	9 Lentejas estofadas con chorizo Fingers de pollo con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan	10 Tallarines a la napolitana Rodaja de merluza en salsa con guisantes Fruta de temporada y pan	VE: 2967/710 GT: 17 GS: 3 HC: 95 AZ: 15 PROT: 35 SAL: 1
13 Vichyssoise Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan	14 Lentejas a la campesina Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan	15 Sopa de ave con pasta Pollo asado al jugo con patatas fritas Fruta de temporada y pan	16 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja y pan	17 Coditos con salsa de tomate Medallón de merluza al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	VE: 2888/691 GT: 20 GS: 4 HC: 90 AZ: 16 PROT: 36 SAL: 1
20 Sopa de ave con pasta Fingers de pollo con zanahorias baby Fruta de temporada y pan	21 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan	22 Arroz tres delicias Medallón de merluza en salsa de zanahorias con guisantes Fruta de temporada y pan	23 Crema de zanahoria Lomo adobado con arroz pilaf Yogur de soja y pan	24 Macarrones al pomodoro Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	VE: 3040/727 GT: 16 GS: 2 HC: 102 AZ: 16 PROT: 34 SAL: 2
27 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	28 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas fritas Yogur de soja y pan	29 Garbanzos estofados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan	30 JORNADA GASTRONOMICA Sopa de picadillo Fingers de pollo con ensalada de lechuga y aceitunas Postre especial y pan	31 Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y pan	VE: 3009/720 GT: 18 GS: 3 HC: 98 AZ: 18 PROT: 36 SAL: 1