

MES: Abril 2019

COLEGIO: ALTOZANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
1 Merienda: Bocadillo y agua Arroz a banda Croquetas de jamón Fruta de temporada y pan	2 Merienda: Plátano y zumo Sopa de pescado Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta o lácteo y pan	3 Merienda: Leche y galletas Judías verdes con tomate Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta de temporada y pan	4 Merienda: Bocadillo y agua Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada y pan	5 Merienda: Leche y galletas Macarrones con boloñesa de atún Pescado a la romana Postre lácteo y pan	Kcl: 687 HC: 81 Prot: 32 Lip: 29
8 Merienda: Bocadillo y agua Fideuá de pollo San Marino (merluza, jamón york y queso) con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan	9 Merienda: Plátano y zumo Sopa minestrone Lomo adobado con patatas fritas Fruta o lácteo y pan	10 Merienda: Leche y galletas Alubias estofadas a la riojana Tortilla francesa de queso Fruta de temporada y pan	11 Merienda: Bocadillo y agua Olleta alicantina Jamoncitos de pollo al limón con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada y pan	12 Merienda: Leche y galletas Arroz a la napolitana Caella a la andaluza Postre lácteo y pan	Kcl: 677 HC: 80 Prot: 32 Lip: 25
15 Merienda: Bocadillo y agua Espaguetis a la boloñesa Filete de merluza al limón con salteado de cebolla y champiñones Fruta de temporada y pan	16 Merienda: Plátano y zumo Entremeses Paella valenciana Fruta o lácteo y pan	17 Merienda: Leche y galletas Crema de zanahoria Hamburguesa completa con patatas fritas Fruta de temporada y pan	18 JUEVES SANTO	19 VIERNES SANTO	Kcl: 924 HC: 106 Prot: 33 Lip: 44
22 NO LECTIVO	23 NO LECTIVO	24 NO LECTIVO	25 NO LECTIVO	26 NO LECTIVO	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
29 Merienda: Bocadillo y agua Crema de calabacín con queso Canelones de carne Fruta de temporada y pan	30 Merienda: Plátano y zumo Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta o lácteo y pan				Kcl: 794 HC: 95 Prot: 33 Lip: 33