

MES: Abril 2019

COLEGIO: ALTOZANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
1 Ensalada variada Arroz a banda Croquetas de jamón Fruta de temporada y pan	2 Ensalada variada Sopa de pescado Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta o lácteo y pan	3 Ensalada variada Judías verdes con tomate Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta de temporada y pan	4 Ensalada variada Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada y pan	5 Ensalada variada Macarrones con boloñesa de atún Pescado a la romana Postre lácteo y pan	Kcl: 687 HC: 81 Prot: 32 Lip: 29
8 Ensalada variada Fideuá de pollo San Marino (merluza, jamón york y queso) con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan	9 Ensalada variada Sopa minestrone Lomo adobado con patatas fritas Fruta o lácteo y pan	10 Ensalada variada Alubias estofadas a la riojana Tortilla francesa de queso Fruta de temporada y pan	11 Ensalada variada Olleta alicantina Jamoncitos de pollo al limón con cebolla y patatas al horno Fruta de temporada y pan	12 Ensalada variada Arroz a la napolitana Caella a la andaluza Postre lácteo y pan	Kcl: 677 HC: 80 Prot: 32 Lip: 25
15 Ensalada variada Espaguetis a la boloñesa Filete de merluza al limón con salteado de cebolla y champiñones Fruta de temporada y pan	16 Ensalada completa Paella valenciana Fruta o lácteo y pan	17 Ensalada variada Crema de zanahoria Hamburguesa completa con patatas fritas Fruta de temporada y pan	18 JUEVES SANTO	19 VIERNES SANTO	Kcl: 820 HC: 107 Prot: 27 Lip: 35
22 NO LECTIVO	23 NO LECTIVO	24 NO LECTIVO	25 NO LECTIVO	26 NO LECTIVO	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
29 Ensalada variada Crema de calabacín con queso Canelones de carne Fruta de temporada y pan	30 Ensalada variada Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta o lácteo y pan			Las pastas, rebozados y empanados son sin gluten, con marcas certificadas por FACE	Kcl: 794 HC: 95 Prot: 33 Lip: 33