



## MENÚ ABRIL 2021 COLEGIOS DE CASTILLA LA MANCHA

	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
PRIMEROS	MACARRONES CON ATÚN	SOPA DE COCIDO	ENSALADA COMPLETA	JUDIAS VERDES CON JAMÓN	ALUBIAS BLANCAS
SEGUNDOS	TORTILLA CON QUESO	COCIDO COMPLETO	PAELLA MIXTA	MERLUZA	CINTA DE LOMO
GUARNICIÓN	ENSALDA			ENSALADA	TOMATE ALIÑADO
POSTRE	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	YOGUR Y PAN
Propuesta cena	PASTA, PESCADO, LÁCTEO	ARROZ, CARNE, FRUTA	VERDURA, AVE, LÁCTEO	VERDURA, HUEVO, FRUTA	PATATA, PESCADO, FRUTA
	LUNES 12	MARTES 12	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
PRIMEROS	CREMA VICHYSOISE	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ	PATATAS A LA RIOJANA	GUISANTES CON JAMÓN	ESPAGUETIS GRATINADOS
SEGUNDOS	ROTI DE PAVO	ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSAS	BACALAO	ALITAS DE POLLO ASADAS	BOQUERONES FRITOS
GUARNICIÓN	ENSALADA	ZANAHORIA AL AJILLO	ENSALADA	ENSALADA	GUISANTES REHOGADOS
POSTRE	YOGUR Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	PASTA+PESCADO+FRUTA	VERDURA+HUEVO+FRUTA	ARROZ+CARNEA+LÁCTEO	PATATA+PESCADO Y FRUTA	VERDURA+AVE+LÁCTEO
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
PRIMEROS	MENESTRA REHOGADA	CODITOS A LA ITALIANA	SOPA DE COCIDO	ARROZ CINCO DELICIAS	LENTEJAS CON VERDURA
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATA	LIMANDA AL LIMON	COCIDO COMPLETO	CHULETA DE SAJONIA ENSALADA	SALMÓN AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA			PATADA ASADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGUR Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN
Propuesta cena	ARROZ, PESCADO, LÁCTEO	VERDURA, CARNE, FRUTA	PATATA, HUEVO, LÁCTEO	VERDURA, PESCADO, FRUTA	PASTA, AVE, FRUTA
	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
PRIMEROS	ARROZ CALDOSO CON VERDURAS	JUDIAS BLANCAS GUIADAS	CREMA DE CALABAZA	TALLARINES BOLOÑESA	GUISANTES A LA FRANCESA
SEGUNDOS	EMPANADILLAS Y RABAS	TORTILLA DE ESPINACAS	TERNERA A LA JARDINERA	BUÑUELOS DE MERLUZA	MUSLO DE POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	PATATAS DADO		ENSALADA
POSTRE	FRUTA Y PAN	YOGUR Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	VERDURA, AVE, FRUTA	PASTA, PESCADO, LÁCTEO	ARROZ, HUEVO, FRUTA	VERDURA, CARNE, LÁCTEO	PATATA, PESCADO, FRUTA

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono

Fruta variada de temporada, el menú contiene agua y pan

ENSALADAS: lechuga, y 1 o 2 ingredientes (tomate, pepino, maíz, cebolla, zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO