

COLEGIO NTRA. SRA. DE LA CONSOLACION MENORCA marzo 2022



	14.5750.4	MIEDOOLEOO		1/1551150 /
LUNES 28	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
		Macarrones gratinados	Crema de calabaza	Arroz al horno
		Jamoncito de pollo a la jardinera	Libritos de lomo con queso Salsa de tomate	Calamares a la romana con ensalada de lechuga y
			0000060	champiñón Champiñón
		Fruta	Yogur de sabores	Fruta
			0	
rgia: 774 kcal . Lipidos: 48,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 11,0 g .	Hidratos de carbono: 55,9 g . Azúcares: 16,6 g . Proteinas: 26,1 g . Sal:	1,9 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendad	as para unadulto con necesidades de 2000 KcaVdia. R UE 1169/2011.	
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Crema casera de calabacín	Fideuá de pescado	Judías verdes al estilo casero	Lentejas al estilo casero	Arroz con tomate
		88		
	Tortilla francesa con ensalada de	Limanda al horno al limón	Cabezada de lomo al horno con	Croquetas de bacalao con
salsa de tomate	lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	verduras asadas (*)	ensalada de lechuga y maí:
	<u>()</u>		(4)	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta	Yogur de sabores
				0
rgia: 779 kcal . Upidos: 44,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,4 g . H	Hidratos de carbono : 62,0 g . Azúcares: 18,7 g . Proteinas: 28,0 g . Sal:	2,6 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendada	s para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/dia. R UE 1169/2011.	
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Coliflor al estilo casero	Canelones caseros de carne	Puré de verduras	Arroz con pollo	Olleta de garbanzos
		2000		20
ilete ruso casero de cerdo en salsa de champiñón con	Rape al horno con picada de ajo y perejil con ensalada de lechuga	Estofado de pavo en salsa de	Limanda al horno con verduras	Tortilla francesa con ensalada
ensalada de lechuqa y tomate	y maíz	tomate		lechuga y tomate
Fruta	Notillos de veinillo	Fruta	Fruta fresca	Fruta
riuta	Natillas de vainilla	Fluta	Fluta llesca	Fiuta
print 1035 least Haider: 56.2 a Árider Grane Saturador: 17.0 a	U		adas nara un adulto con neces dades de 2000 Kcal/dia - R UF 1169/2011	
	Fidiratos de carbono: 83 9 ∉ Δzúcares: 21 9 ∉ Proteinas: 44 7 ∉ S			
ga. 1.055 k.a ppidos, 50 ₁ 5 g., Addos diasos saculados. 17 ₁ 0 g	g . Hidratos de carbono: 83,9 g . Azúcares: 21,9 g . Proteinas: 44,7 g . S	al: 3,3 g Valoración nutrició hai calculada segun ingestas Recomendi		
LUNES 21	, Hidratos de carbono: 83,9 g., Azúcares: 21,9 g., Proteinas: 44,7 g. S MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
				VIERNES 25 Paella de verduras
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa O CO	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con	JUEVES 24 Crema de verduras	Paella de verduras
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate	Pae∥a de verduras
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Company de la company	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y	JUEVES 24 Crema de verduras	Paella de verduras
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Company de la company	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate	Paella de verduras
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa O O O O O O O O O O O O O O O O O O O	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*)
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa O O O O O O O O O O O O O O O O O O O	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*)
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa O O O O O O O O O O O O O O O O O O O	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*)
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa O	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores Para unaduto con receridades de 2000 Realidia. R UE 1169/2011.	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa OCOMONIONE Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca MIERCOLES 30	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa San Jacobo con ensalada de	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada (lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca Fruta fresca MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) Contramusio de pollo asado al limón con patatas chips	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada (lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema Fogonero con tomate con	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca **Printa fresca** MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) Contramuslo de pollo asado al limón con patatas chias	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa San Jacobo con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada,	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema Fogonero con tomate con	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca Fruta fresca MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) Contramusio de pollo asado al limón con patatas chips	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa San Jacobo con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada,	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada (lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado stofado de cerdo (zanahoria, cebolla, guisantes)	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema Fogonero con tomate con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca **Principle of the company o	Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa San Jacobo con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro (*)	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*) Fruta
LUNES 21 Tallarines a la boloñesa Merluza en salsa verde con patatas Fruta fresca Fruta fresca LUNES 28 Sopa casera de pescado stofado de cerdo (zanahoria, cebolla, guisantes) Fruta	MARTES 22 Sopa casera de ave Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta MARTES 29 Macarrones a la crema Fogonero con tomate con ensalada de lechuga y maíz	MIERCOLES 23 Lentejas caseras con verduras Bacalao al horno con patatas con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta fresca Fruta fresca MIERCOLES 30 Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) Contramuslo de pollo asado al limón con patatas chips Yogur de sabores	JUEVES 24 Crema de verduras Salchichas de pollo con tomate Yogur de sabores JUEVES 31 Arroz a la milanesa San Jacobo con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro (*) Fruta	Paella de verduras Pizza de atún con ensalada lechuga y maíz (*) Fruta