

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Abril 2021

COLEGIO: COLEGIO ARZOBISPAL SAN ISIDORO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 SEMANA SANTA	2 SEMANA SANTA	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 Macarrones al pomodoro Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	6 Cocido andaluz con chorizo San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	7 Sopa maravilla Jamoncitos de pollo al limón con judías salteadas Fruta y pan integral	8 Crema de calabacín Hamburguesa completa con patatas chips Fruta y pan integral	9 Paella Filete de merluza en salsa verde con zanahorias baby Yogur y pan integral	VE: 3307/791 GT: 27 GS: 6 HC: 112 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 3
12 Lentejas a la riojana Filete de merluza al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan integral	13 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con guisantes Yogur y pan integral	14 Arroz a la milanesa Filete de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan integral	15 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Flamenquines con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	16 Espirales con tomate Lomo adobado con patatas asadas Yogur y pan integral	VE: 3109/744 GT: 25 GS: 7 HC: 102 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 3
19 Crema de calabaza Estofado de cerdo con patatas dólar Fruta y pan integral	20 Espaguetis con salsa de tomate Filete de merluza al horno con judías verdes salteadas Yogur y pan integral	21 FESTIVO	22 Sopa de fideos Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	23 Arroz tres delicias Chispas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	VE: 2758/660 GT: 22 GS: 4 HC: 93 AZ: 19 PROT: 31 SAL: 2
26 Lentejas a la jardinera Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	27 Macarrones al pomodoro Hamburguesa al horno con patatas chips Yogur y pan integral	28 Arroz con magro Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	29 Cocido de garbanzos Jamoncitos de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan integral	30 Judías verdes con refrito Bacalao con tomate con patatas al vapor Yogur y pan integral	VE: 3271/783 GT: 29 GS: 5 HC: 106 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2