MARZO 2019

menu

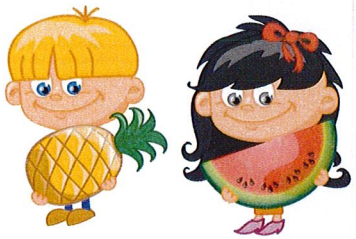
SALESIANOS VILLENA

Infantil y Primaria

CATERING 45
gestión de cocinas escolares y monitores de comedor

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Todos los jueves el menú se servirá con pan integral	Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos			1 Tiburones a la Boloñesa Varitas de merluza Ensalada Multicolor (lechuga, lombarda, maíz) Fruta del tiempo 861.6Kcal 21.9 Prot 36.4 Lip 110.2 Hc
4 Espaguetis con tomate y bacon Rape en Salsa Verde Ensalada de la Huerta (lechuga, pepino, zanahoria) Fruta del tiempo 734.5 Kcal 27.1 Prot 31.7 Lip 85.1 Hc	5 Sopa de verdura con estrellitas Cinta de Lomo a las Finas Hierbas Rueda de tomate y queso Flan 620Kcal 30.6Prot 23.4 Lip 71.3 Hc	6 Potaje de Garbanzos ECO Caella en Adobo Ensalada del Cheff (lechuga, tomate, atún) Fruta del tiempo 619.4Kcal 31.8 Prot 23.4 Lip 64.4 Hc	7 Arroz con tomate Longanizas de ave Ensalada de York, lechuga, lombarda Fruta del tiempo 823.6 Kcal 19.2 Prot 41 Lip 94.1 Hc	8 Guisado patata y verdura Tortilla de Atún Ensalada Siciliana (lechuga, tomate, olivas) Fruta del tiempo 659.4 Kcal 27.8 Prot 29.3 Lip 71.3 Hc
11 Crema de legumbres ECO Pollo a la naranja Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Yogur 672.6Kcal 36.9 Prot 32.4 Lip 58 Hc	12 Macarrones tomate y chorizo Fogonero encebollado Ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, espárragos) Fruta del tiempo 663.3 Kcal 30 Prot 22 Lip 86.3 Hc	13 Sopa con Letras Lomo Adobado al Horno Ensalada de Tomate, Cebolla y Maíz Fruta del tiempo 565.7 Kcal 22.1 Prot 18 Lip 54 Hc	14 Olleta alicantina Tortilla Francesa Ensalada Mixta (lechuga, tomate, york) Fruta del tiempo 583.3 Kcal 22.5Prot 24 Lip 69.4 Hc	15 Arroz de la Huerta Sardinas rebozadas Ensalada del Cheff (lechuga, tomate, atún) Yogur 859.4Kcal 36.1 Prot 38.7Lip 91 Hc
FESTIVO	FESTIVO	20 Paella de magro Entremeses Variados Ensalada Mediterránea (lechuga, tomate, espárragos) Yogur 844.5 Kcal 36.9Prot 35.3 Lip 94.8 Hc	21 Sopa con Lluvia Hamburguesa a la plancha Ensalada Siciliana (lechuga, tomate, olivas) Fruta del tiempo 621.5 Kcal 19.1 Prot 34.3 Lip 58.6 Hc	22 Garbanzos ECO a la mediterránea Ensaladilla Rusa Ensalada Multicolor (lechuga, lombarda, maíz) Fruta del tiempo 744.2 Kcal 27.8 Prot 38 Lip 76.8 Hc
25 Sopa de Puchero con Fideos Lomo de Sajonia al horno Ensalada Siciliana (lechuga, tomate, olivas) Fruta del tiempo 553.2Kcal 25.5 Prot 22.1Lip 62.7 Hc	26 Arroz al Horno Abadejo en salsa verde Ensalada de York, lechuga, lombarda Yogur 744.3Kcal 33.4 Prot 29.9 Lip 85 Hc	27 Crema de Calabaza Albóndigas en salsa Ensalada de lechuga, tomate y quinoa Fruta del tiempo 682.91Kcal 20 Prot 42.3 Lip 55.5 Hc	28 Alubias estofadas Tortilla con queso Ensalada atún, maíz, tomate Fruta del tiempo 642.6Kcal 29 Prot 30 Lip 64.2 Hc	29 Coditos con Tomate y Queso Rape al horno Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Yogur 726.4 Kcal 27.7 Prot 33.5 Lip 78 Hc

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: Pera, Manzana, Plátano, Naranja, Mandarina

Alérgenos de declaración obligatoria