

MENÚ DEL MES DE MARZO DE 2.018

	LUNES <u>5</u>	MARTES <u>6</u>	MIÉRCOLES <u>7</u>	JUEVES <u>8</u>	VIERNES <u>9</u>
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	
BOCADILLO		Bocadillo de chopped	Bocadillo de jamón	Bocadillo de chorizo rojo	
COMIDA	Ensalada Cesar (lechuga, tomate, maíz, pollo cocido, salsa) Solomillo de cerdo a la pimienta. Plátano. Pan y agua	Macarrones con tomate. Varitas de merluza. Naranja y lácteo. Pan y agua.	Ensalada caesar. Hamburguesa con queso en pan y patatas. Melocotón y lácteo Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de jamón con tomate. 2 Mandarinas. Botella de agua de 33 cl.	
MERIENDA	Bocadillo de paté finas hierbas	Bocadillo de salchichón	Bocadillo de pechuga de pavo		
CENA	Menestra de verduras. Filete de merluza a la plancha Plátano y Lácteo. Pan y agua.	Puré de calabaza. Pizza cuatro quesos. Manzana y Lácteo. Pan y agua.	Judías verdes con jamón. Pollo a la plancha con patatas. Manzana y Lácteo Pan y agua.		

MENÚ DEL MES DE MARZO DE 2.018

	LUNES <u>12</u>	MARTES <u>13</u>	MIÉRCOLES <u>14</u>	JUEVES <u>15</u>	VIERNES <u>16</u>
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas “María”.
BOCADILLO		Bocadillo de chopped	Bocadillo de jamón	Bocadillo de mortadela	Bocadillo de paté de atún
COMIDA	Judías verdes hervidas con trocitos de jamón. Huevos con patatas. Plátano. Pan y agua.	Garbanzos con albóndigas de pan y huevo. Lasaña. Manzana. Pan y agua.	Sopa de fideos con pollo. Cordón Bleu. Naranja y lácteo. Pan y agua.	Lentejas guisadas con patatas. Pollo empanado. Manzana y Lácteo Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de calamares. 2 Mandarinas. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA	Bocadillo de paté finas hierbas	Bocadillo de salchichón	Bocadillo de pechuga de pavo	Bocadillo de jamón york	
CENA	Magro con tomate. Salmón a la plancha. Manzana. Pan y agua.	Puré de verduras. Sandwich mixto vegetal. Naranja. Pan y agua.	Salteado montañes. Alitas de pollo con lechuga y tomate. Lácteo. Pan y agua.	Puré de calabacín y puerro. Pizza cuatro quesos. Cóctel de frutas. Pan y agua.	

MENÚ DEL MES DE MARZO DE 2.018

	LUNES <u>19</u>	MARTES <u>20</u>	MIÉRCOLES <u>21</u>	JUEVES <u>22</u>	VIERNES <u>23</u>
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas “María”.
BOCADILLO		Bocadillo de chopped	Bocadillo de jamón	Bocadillo de mortadela	Bocadillo de pavo
COMIDA	Macarrones con atún. Hamburguesa con queso, rodaja de tomate y patatas fritas. Plátano. Pan y agua	Ensalada caesar. Lasaña. Manzana Pan y agua	Cocido completo. Plátano y Lácteo. Pan y agua.	Albóndigas en salsa de zanahoria. Mero con ensalada. Pera y lácteo. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de lomo embuchado. Plátano. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA	Bocadillo de chorizo rojo	Bocadillo de queso	Bocadillo de chorizo rojo	Bocadillo de chopped.	
CENA	Arroz con bacon y york. Sandwich vegetal Pan y agua.	Judías verdes hervidas con trocitos de jamón. Filete de merluza en salsa Platano. Pan y agua.	Salteado montañés. Lomo a la plancha con lechuga. Naranja y Lácteo. Pan y agua.	Sopa de picadillo. Tortilla francesa. Lácteo Pan y agua.	

* EL ACEITE UTILIZADO EN LA ELABORACIÓN DE LAS COMIDAS ES ACEITE DE OLIVA “LOS MOLINOS” DE LA SOLANA.

* ATENCIÓN A LAS FAMILIAS: PARA LA ALIMENTACIÓN FUERA DEL COMEDOR ESCOLAR, CONVIENE SEGUIR LAS PAUTAS MARCADAS EN LA “GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA COMEDORES ESCOLARES”, DISPONIBLE EN: <http://pagina.jccm.es/sanidad/salud/promosalud/pdf/gcomedoresescolares.pdf>