

MENÚ MES: MARZO CURSO 2018-2019

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª Del 1 al 3					Puré: APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS . Albóndigas: CEREALES, HUEVO Y LECHE . Postre: fruta. <u>Cena recomendada:</u> Verdura, pescado o huevo, lácteo o fruta.
2ª Del 4 al 10	DIAS SIN ACTIVIDAD DOCENTE	DIAS SIN ACTIVIDAD DOCENTE	Judías Pintas con arroz: NO CONTIENE ALERGENOS . Hamburguesas: NO CONTIENE ALERGENOS . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado o huevo/Lácteo	Sopa de fideos: CEREALES, CRUSTACEOS, HUEVO, PESCADO, LECHE Y APIO Muslo de pollo al horno con patatas fritas: SULFITOS . Postre: fruta. <u>Cena recomendada:</u> Cereales (arroz o pasta) o féculas Verdura/Pescado o huevo/Lácteo o fruta	Paella de pescado: CRUSTACEOS Y MOLUSCOS . Emperador al horno: PESCADO Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/carne o huevo /Lácteo o fruta
3ª Del 11 al 17	Lentejas: LECHE Y SUS DERIVADOS Tortilla de jamón york: HUEVOS Y CEREALES . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado /Lácteo o fruta	Sopa de fideos: CEREALES, CRUSTACEOS, HUEVO, PESCADO LECHE Y APIO . Lomo: CEREALES Y HUEVO . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/carne o huevo /Lácteo o fruta	Puré: APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS . Muslo de pollo al horno con patatas fritas: NO CONTIENE ALERGENOS . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Cereales (arroz o pasta) o féculas Verdura/Pescado o huevo/Lácteo o fruta	Arroz blanco: NO CONTIENE ALERGENOS . Huevos y salchichas: HUEVOS, SOJA Y LECHE Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Cereales (arroz o pasta) o féculas/carne magra o huevo/Lácteo o fruta	Macarrones con atún: CEREALES Y HUEVOS . Filete de merluza: PESCADO . Postre: fruta Cena recomendada: verdura/pescado o huevo
4ª Del 18 al 24	Garbanzos con arroz: APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS Lomo a la Plancha: NO CONTIENE ALERGENOS Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado /Lácteo o fruta	Sopa de fideos: CEREALES, CRUSTACEOS, HUEVO, PESCADO, LECHE Y APIO Hamburguesa: NO CONTIENE ALERGENOS . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Cereales (arroz o pasta) o féculas/carne magra o huevo.	Guisado de patatas con costilla: NO CONTIENE ALERGENOS . Filete de pechuga empanado: HUEVOS Y CEREALES . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado o huevo/ fruta	Macarrones con chorizo: CEREALES, HUEVOS Y LECHE . Tortilla de patata: HUEVOS Y CEREALES . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado /Lácteo o fruta	Puré: APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS Merluza al horno: PESCADO . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/carne o huevo /fruta
5ª Del 25 al 31	Espaguetis con atún: CEREALES HUEVOS Y PESCADO . Filetes de pollo empanados con harina y huevo: CEREALES Y HUEVOS . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura, carne o huevo, fruta	Paella de pescado: CRUSTACEOS Y MOLUSCOS . Emperador al horno: PESCADO Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/carne o huevo /Lácteo o fruta	Puré de verduras: APIO Y PRODUCTOS DERIVADOS . Albóndigas caseras de pollo y cerdo: CEREALES Y HUEVO . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/Pescado o huevo/Lácteo o fruta	Lentejas: CEREALES, CRUSTACEOS, HUEVOS, PESCADO, LECHE Y APIO . Croquetas y empanadillas: CEREALES, HUEVOS, PESCADO Y LECHE Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura/carne o huevo /Lácteo o fruta	Sopa de cocido con fideos: CEREALES, CRUSTACEOS, HUEVOS, PESCADO, LECHE Y APIO . Filete de merluza al horno: PESCADO Y SULFITOS . Postre: fruta <u>Cena recomendada:</u> Verdura, pescado o huevo, lácteo o fruta