

MES: Marzo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>3</b> Lentejas (eco.) a la riojana (zanahoria, pimiento, tomate, patata) Salmón al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.097/502 GT:26 GS:0 HC:43 AZ:0 PROT:23 SAL:0</p>	<p><b>4</b> Arroz caldoso con verduras (eco.) (brócoli, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) Revuelto de patata y atún Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.016/482 GT:15 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p><b>5</b> Crema de patata y calabacín con picatostes Estofado de cerdo con patata (eco.) y tomate Macedonia de frutas y pan (eco.) VE:2.173/520 GT:20 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>6</b> Patatas (eco.) en amarillo con atún (patata, atún, pimiento, cebolla, tomate) Alitas de pollo con patatas fritas Yogur y pan (eco.) VE:1.836/439 GT:19 GS:0 HC:52 AZ:0 PROT:15 SAL:0</p>	<p><b>7</b> Macarrones integrales eco. con salsa de tomate y cebolla con queso rallado Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.082/498 GT:21 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>
<p><b>10</b> Arroz (eco.) a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones) Filete de merluza rebozada con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur y pan (eco.) VE:2.176/520 GT:18 GS:0 HC:72 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>11</b> Espirales (eco.) con tomate y cebolla con queso rallado Abadejo horneado con cebolla en salsa verde (cebolla, guisantes) Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:1.862/446 GT:15 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p><b>12</b> Potaje de garbanzos (eco.) con espinacas (zanahoria, patata, cebolla, arroz) Redondo de pavo con champiñones Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.155/515 GT:24 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>13</b> Coditos (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria) con queso rallado Wok de pollo con verduras Natillas y pan (eco.) VE:1.956/468 GT:18 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p><b>14</b> Crema de patata y puerro con picatostes Hamburguesa de pollo en salsa (patata, tomate, cebolla, especias con patatas chips) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.844/441 GT:16 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p><b>17</b> Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Pincho de pollo con patatas fritas Piña en su jugo y pan (eco.) VE:1.960/469 GT:18 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>18</b> Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) con queso rallado Nuggets de pollo y croquetas con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.033/488 GT:22 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p><b>19</b> Crema de hortalizas eco. (patata, calabacín, zanahoria, judía verde, guisante) con picatostes Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.856/444 GT:16 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>20</b> Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Lomo adobado con patatas chips Yogur y pan (eco.) VE:2.363/565 GT:23 GS:0 HC:72 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>21</b> Cazuela de fideos con verduras (eco.) (pimiento, cebolla, zanahoria, tomate) Merluza a la hortelana (patata, zanahoria, pimiento, tomate, judía verde) Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.974/712 GT:12 GS:0 HC:113 AZ:22 PROT:38 SAL:2</p>
<p><b>24</b> Caldereta de patata y caballa (tomate, pimiento, cebolla, ajo) Libritos de lomo con patatas chips Yogur y pan (eco.) VE:1.920/459 GT:61 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>25</b> Crema de patata y zanahoria con picatostes Pollo asado provenzal con judías verdes con zanahoria y patata al horno Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.144/513 GT:17 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>26</b> Guiso de alubias a la jardinera (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) - Merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y espárragos Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.796/430 GT:14 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p><b>27</b> Macarrones integrales eco. con salsa de tomate y cebolla con queso rallado Revuelto de atún Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.791/429 GT:16 GS:0 HC:54 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>28</b> Arroz en amarillo con verduras rehogadas (eco.) (tomate, judía verde, pimiento, calabacín, guisante, zanahoria) Abadejo horneado a la crema (perejil, ajo) Flan y pan (eco.) VE:2.140/512 GT:16 GS:0 HC:77 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>
<p><b>31</b> Lentejas (eco.) a la riojana (zanahoria, pimiento, tomate, patata) Nuggets de pollo con patatas fritas Macedonia de frutas y pan (eco.) VE:2.172/520 GT:19 GS:0 HC:70 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>				<p>“En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alérgenos en el teléfono 955776989 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>”</p>