

C.C.E VIRGEN DEL PASICO MENÚ MES DE ABRIL CURSO 18/19

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA DEL 1-5 DE ABRIL	Ensalada con queso Sopa de fideos Pollo al chilindrón Pan integral Pera Kcal: 731 Pt:25,5% HC: 43,9% Lip: 30,6%	Ensalada de maíz y zanahoria Macarrones con atún y tomate Lomo adobado Plátano Pan blanco Kcal: 804 Pt: 19,8% HC: 55% Lip: 25,2 %	Ensalada Arroz a la cubana con salchichas caseras Jamón serrano Pan de pueblo Naranja Kcal: 850 Pt: 24,5% HC: 43,5% Lip: 42,9%	Ensalada de tomate y maíz Lentejas con chorizo Jamón asado Pan integral Sandía Kcal: 703 Pt:20,2% HC: 61,3% Lip:18,5%	Ensalada con jamón york Guiso de bacalao Tortilla de patatas, calabacín Pan de centeno Manzana Kcal:685 Pt:25% HC: 50,1% Lip:24,9%
CENAS	Crema de calabacín Tortilla de atún	Tomate aliñado Revuelto de gulas y gambas	Ensalada Hamburguesas caseras	Guisantes con jamón Pescado a la plancha	Crema de verduras Pizza casera
SEMANA DEL 8-12 DE ABRIL	Ensalada Espaguetis boloñesa Queso fresco Pan integral Manzana Kcal: 891 Pt: 21,4% HC: 48,8% Lip: 29,8%	Ensalada fresca Sopa Guiso de albóndigas con garbanzos Pera Pan integral Kcal 673 Pt: 18,8% HC: 55,3% Lip: 25,8%	Ensalada Fideuá Jamón serrano Pan integral Ciruelas Kcal: 717 Pt:21,4 % HC: 50,1% Lip: 28,6%	Tomate con mozzarella Lentejas estofadas Lomo abobado Pan de pueblo Naranja Kcal: 841 Pt:23,1% HC: 58,9% Lip: 16,6%	Ensalada Guiso de pescado con patatas Queso fresco Pan de pueblo Naranja Kcal: 726 Pt: 27,9% HC: 46,4% Lip: 25,7%
CENAS	Hervido Bocadillo de atún	Puré de patatas Huevo frito	Crema de verduras Pescado la plancha	Ensalada de murciana Ternera a la plancha	Salteado de verduras Salmón + patatas
SEMANA DEL 15-19 DE ABRIL					
SEMANA DEL 22- 26 DE ABRIL			Ensalada Guiso de pescado Hamburguesas Pan de pueblo Naranja Kcal 855 Pt: 21,9% HC: 53,4% Lip: 24,7%	Ensalada fresca Sopa Guiso de albóndigas con garbanzos Pera Pan integral Kcal 673 Pt: 18,8% HC: 55,3% Lip: 25,8%	Ensalada campesina Lentejas con arroz Jamón York Pan integral Mandarina Kcal 734 Pt: 18,6% HC: 56,8% Lip: 19,6%
CENAS			Lomitos a la plancha con zanahorias y patatas cocidas	Crema de verduras Merluza a la romana	Tomate aliñado Tortilla de patatas
SEMANA DEL 29-30 DE ABRIL	Ensalada de hortalizas Pasta con atún Jamón serrano Pan de centeno Manzana Kcal: 802 Pt: 19 % HC: 52,8 % Lip: 28,2%	Ensalada de tomate Paella Queso Plátano Pan integral Kcal: 758 Pt:23,1% HC: 56,1% Lip: 20,8%			
CENAS	Verduras a la plancha Tortilla de berenjenas	Ensalada de tomate Boquerones rebozados			

