



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

3 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata)
Tortilla francesa con lechuga y tomate (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:613 Hc:53 Pro:16 Lip:31

4 Crema de calabacín (patata, calabacín) (eco.)
Hamburguesa de ternera y cerdo al horno con patatas asadas (eco.)
Fruta (eco.) y pan integral (eco.)
Kcal:632 Hc:52 Pro:16 Lip:29

5 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) (eco.)
Cocido andaluz con chorizo (garbanzo, patata, arroz, zanahoria, chorizo)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:614 Hc:53 Pro:14 Lip:34

6 Coditos con pisto (salsa de tomate y calabacín)
Pastel de verduras (huevo, mozzarella, cebolla, zanahoria, patata) (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:698 Hc:54 Pro:15 Lip:31

7 Arroz caldoso de verduras (cebolla, zanahoria, pimiento) (eco.)
Merluza al horno con limón con lechuga y zanahoria (eco.)
Yogur y pan (eco.)
Kcal:702 Hc:53 Pro:14 Lip:34

10 **VACACIONES SEMANA SANTA**

11 **VACACIONES SEMANA SANTA**

12 **VACACIONES SEMANA SANTA**

13 **VACACIONES SEMANA SANTA**

14 **VACACIONES SEMANA SANTA**

17 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) (eco.)
Potaje de habichuelas (alubia, arroz, patata, zanahoria) (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:611 Hc:58 Pro:12 Lip:30

18 Arroz a la cubana
Medias lunas de huevo con lechuga (eco.) y maíz
Fruta (eco.) y pan integral (eco.)
Kcal:602 Hc:56 Pro:14.0.26 Lip:34

19 Lentejas con arroz (lenteja, arroz, zanahoria) (eco.)
Pollo al ajillo con lechuga (eco.) y aceituna
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:619 Hc:53 Pro:17 Lip:31

20 Macarrones con tomate
Tortilla de patatas con zanahorias salteadas
Yogur y pan (eco.)
Kcal:681 Hc:53 Pro:14 Lip:32

21 Cazuela de verduras con fideos (pasta, zanahoria, cebolla, calabacín, pimiento) (eco.)
Salmón en salsa griega con calabacín salteado
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:637 Hc:53 Pro:17 Lip:32

24 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) (eco.)
Casquete sevillano (alubia, garbanzo, arroz, patata, pimiento, chorizo) (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:608 Hc:54 Pro:16 Lip:32

25 Sopa de ave con fideos (pasta, cebolla, zanahoria)
Merluza a la marinera con lechuga y zanahoria (eco.)
Fruta (eco.) y pan integral (eco.)
Kcal:610 Hc:53 Pro:13 Lip:33

26 Espaguetis napolitana (eco.)
Pastel de verduras (huevo, mozzarella, cebolla, zanahoria, patata) (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:670 Hc:56 Pro:15 Lip:29

27 Crema de calabaza (patata, calabaza) (eco.)
Albóndigas de ternera y cerdo a la jardinera con patatas al horno (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:700 Hc:60 Pro:12 Lip:25

28 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata, arroz) (eco.)
Tortilla francesa con lechuga y tomate (eco.)
Fruta (eco.) y pan (eco.)
Kcal:613 Hc:53 Pro:16 Lip:31