

MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR. MARZO DE 2025.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Acelgas con patata 179/ 190 Kcal Longaniza ^{1,13} con tomate triturado 254/ 303 Kcal Yogur ⁶ 575/ 635 Kcal	Lentejas con arroz y hortalizas 210/ 282 Kcal Salmón ⁴ al horno con champiñones 245/ 283 Kcal Fruta 577/ 712 Kcal	Caldo de pollo con arroz 215/ 264 Kcal Tortilla ² de patata con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 257/ 267 Kcal Fruta 594/ 678 Kcal	Macarrones ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Fruta 559/ 642 Kcal	Borrajas con patata 185/ 197 Kcal Pollo asado con champiñones 206/ 277 Kcal Fruta 544/ 654 Kcal
10	11	12	13	14
Garbanzos con huevo duro ² 250/ 322 Kcal Pollo asado con ensalada (lechuga, zanahoria y olivas) 202 / 308 Kcal Yogur ⁶ 594/ 772 Kcal	Fideos ¹ a la cazuela 288/ 354 Kcal Bacalao ⁴ al horno con tomate triturado 149/ 167 Kcal Fruta 590/ 701 Kcal	Coliflor con patata 179/ 191 Kcal Lomo empanado ^{1,2} con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 272/ 305 Kcal Fruta 604/ 676 Kcal	Sopa ¹ de cocido 188/ 243 Kcal Huevos ² con tomate 190/ 302 Kcal Fruta 531/ 725 Kcal	Alubias con hortalizas 188/ 243 Kcal Salmón ⁴ al horno con champiñones 245/ 283 Kcal Fruta 555/ 673 Kcal
17	18	19	20	21
Judía verde con patata 185/ 197 Kcal Pechuga de pollo empanada ^{1,2} con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 252/ 322 Kcal Yogur ⁶ 579/ 661 Kcal	Guisantes salteados con jamón serrano 254/ 329 Kcal Anillas de calamar ^{1,2,5} con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 234/ 294 Kcal Fruta 610 / 770 Kcal	Caldo de pollo con arroz 215/ 264 Kcal Estofado de pavo con verduras 193/ 264 Kcal Fruta 530/ 675 Kcal	Espaguetis ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Fruta 559/ 642 Kcal	Acelgas con patata 179/ 190 Kcal Carne magra con fritada 226/ 305 Kcal Fruta 558/ 675 Kcal
24	25	26	27	28
Crema ⁶ de calabacín 199/ 229 Kcal Albóndigas ¹ en salsa 283/ 378 Kcal Yogur ⁶ 624/ 749 Kcal	Macarrones ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Fruta 559/ 642 Kcal	Garbanzos con huevo duro ² 250/ 322 Kcal Pollo asado con champiñones 206/ 277 Kcal Fruta 577/ 712 Kcal	Sopa ¹ de cocido 218/ 268 Kcal Tortilla ² de patata con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 257/ 267 Kcal Fruta 597/ 682 Kcal	Lentejas con arroz 210/ 282 Kcal Bacalao ⁴ al horno con tomate triturado 149/ 167 Kcal Fruta 512/ 629 Kcal
31				
Alubias con hortalizas 188/ 243 Kcal Longaniza ^{1,13} con tomate triturado 254/303 Kcal Yogur ⁶ 584/ 679 Kcal				

- Los menús pueden sufrir variaciones por causas ajenas a nuestra voluntad.
- Menú supervisado por **Yoana Terés Castel, Dietista-Nutricionista. N.º Colegiada: ARA00105.**
- Para más información consulta el apartado Comedor escolar, en www.ceipvictormendoza.es

ALERGENOS						
1.GLUTEN	2.HUEVO	3.CRUSTÁCEOS	4.PESCADO	5.MOLUSCOS	6.LACTOSA	7.FRUTOS DE CÁSCARA
8 CACAHUETE	9.SOJA	10.APIO	11.MOSTAZA	12.SÉSAMO	13.SULFITOS	14.ALTRAMUCES

