



MARZO 2023 – ESCUELA INFANTIL



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN
		Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de gallina con fideo eco [1][6][8][14] Pollo con tomate y calabacín eco [6] Pan integral y yogur [1][2]	Lechuga, manzana y col lombarda Tosta integral de guacamole y huevo rallado [1][3] Arroz al horno [6] Fruta	Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Olleta de la Plana viuda [6] Merluza enharinada [4] Pan integral y fruta [1]	Energía 1769 Kj LIP 423 Kcal AGS 18.0 g HC 4.2 g HC 42.5 g Azúcar 11.6 g Proteínas 21.9 g Sal 1.4 g
6	7		8	9	10
Lechuga, zanahoria y remolacha [6] Patatas estofadas con verduritas [6] Tortilla de queso [2][3] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, manzana y col lombarda Arroz con tomate [6] Boquerones en adobo [1][2][3][4][6][10][11][12] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Sopa de la reina [1][6] Longanizas con tomate [6] Pan integral y lácteo [1][2]	Mezclum, piña y remolacha [6] Crema de garbanzos eco [6] Pollo con manzana y puerro [6] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Lentejas eco estofadas [1][6] Pizza margarita [1][2][3][4][6][7][10][11][12][14] Pan integral y fruta [1]	Energía 1624 Kj LIP 389 Kcal AGS 18.7 g HC 5.1 g HC 34.8 g Azúcar 10.3 g Proteínas 19.5 g Sal 1.6 g
13	14	15	16	17	
Mezclum, piña y remolacha [6] Hervido valenciano [6] Croquetón de espinacas y ketchup casero [1][2][6][7][12] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Paella de verduras [6] Tortilla francesa [3] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, zanahoria y remolacha [6] Crema de guisante y boniato [6] Filete de lomo a la carbonada [6] Pan integral y yogur [1][2]	Lechuga, manzana y col lombarda Pan integral con aceite y queso [1][2][3] Fideuá de Gandia [1][3][4][5][6][13] Fruta		Energía 1660 Kj LIP 397 Kcal AGS 16.8 g HC 4.0 g HC 43.7 g Azúcar 12.0 g Proteínas 14.0 g Sal 1.4 g
20	21	22	23	24	
Lechuga, zanahoria y remolacha [6] Pasta integral con tomate [6] Burger de coliflor y queso [1][2][3][7] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, manzana y col lombarda Alubias eco con arroz y calabaza [6] Tortilla de patata y cebolla tierna [3][6] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Consomé de gallina con fideos [1][6] Goulash de pavo [6] Pan integral y lácteo [1][2]	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Brócoli con patata al gratén [2][6] Arroz con secreto [6] Pan integral y fruta [1]	Mezclum, piña y remolacha [6] Crema de legumbres [6] Buñuelos de bacalao [3][4] Pan integral y fruta [1]	Energía 1549 Kj LIP 371 Kcal AGS 15.5 g HC 3.6 g HC 40.0 g Azúcar 9.9 g Proteínas 15.4 g Sal 1.2 g
27	28	29	30	31	
Lechuga, zanahoria y remolacha [6] Lentejas eco con espinacas [1][6] Nuggets vegetales con salsa de tomate [1][2][3] Pan integral y fruta [1]	Mezclum, piña y remolacha [6] Pasta integral a la napolitana [1][3][6][10][12] Abadejo a la vasca [4][6] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Sopa cubierta [1][3][6] Pollo en su jugo con nabo [6] Bizcocho de manzana y pan integral [1][2][3]	Lechuga, manzana y col lombarda Tosta integral con tomate y atún [1][4] Paella valenciana [6] Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Crema bretona eco [6] Huevo con bechamel [2][3][6] Pan integral y fruta [1]	Energía 1666 Kj LIP 399 Kcal AGS 16.2 g HC 3.9 g HC 42.5 g Azúcar 11.0 g Proteínas 19.6 g Sal 1.7 g



[1] Gluten



[2] Lácteos



[3] Huevo



[10] Mostaza



[4] Pescado



[11] Apio



[5] Moluscos



[12] Soja



[6] SO₂, sulfitos



[13] Crustáceos



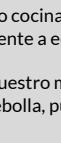
[7] Sésamo



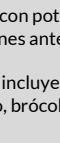
[14] F. de cáscara



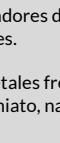
N/A



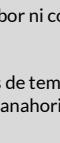
N/A



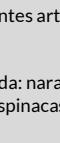
N/A



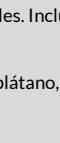
N/A



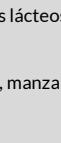
N/A



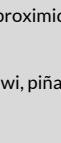
N/A



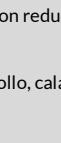
N/A



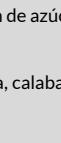
N/A



N/A



N/A



N/A

No cocinamos con potenciadores del sabor ni colorantes artificiales. Incluimos lácteos de proximidad con reducción de azúcar frente a ediciones anteriores.

Nuestro menú incluye vegetales frescos de temporada: naranja, plátano, pera, manzana, kiwi, piña, repollo, calabaza, calabacín, cebolla, puerro, brócoli, boniato, nabo, zanahoria y espinacas

Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639

