



CEIP VISTAHERMOSA

MARZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Pasta a la Carbonara Tortilla francesa Fruta; rebanada de pan 685 16%P 53%HC 31%LIP 1 3 6 10 7	Garbanzos a la riojana Redondo de pavo en salsa Fruta; rebanada de pan 640 kcal 27%% P 44%HC 29% LIP 1 12	Arroz caldoso con verduras Filete de Abadejo con salsa de tomate Fruta; rebanada de pan 630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP 1 12 4	Hervido Valenciano con huevo duro San Jacobo Flan; rebanada de pan 650 kcal 22%% P %HC 29% LIP 1 12 3 7 4 14 2 9 6 11	Lentejas con verduras Hamburguesa de ternera Fruta y rebanada de pan 710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP 1 12
9	10	11	12	13
Sopa de pollo Albóndigas a la castellana Fruta; rebanada de pan 680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP 1 3 6 10 12	Crema de calabacín Canelones de atún Fruta; rebanada de pan 680kcal 22%% P 48%HC 30% LIP 1 4 6 2 3 7 14 4	Macarrones a la boloñesa Tortilla francesa con queso Yogur; rebanada de pan 740kcal 24%% P 49%HC 270% LIP 1 3 6 10 7	Alubias con verduras Merluza a la plancha Fruta; rebanada de pan 635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP 1 12 4	Sopa de cocido Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne) Fruta; rebanada de pan 740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP 1 3 6 10 12
16	17	18	19	20
Lentejas con verduras Tortilla de york Fruta; rebanada de pan 680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP 1 12 3	Tallarines con pollo y verduras Jamoncitos de pollo al horno Fruta; rebanada de pan 700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP 1 3 6 10	Arroz con tomate Boquerón en tempura al horno Fruta; rebanada de pan 720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP 1 3 4 14 2	FESTIVO	FESTIVO
23	24	25	26	27
Macarrones con atún y queso Tortilla de calabacín Fruta; rebanada de pan 700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP 1 3 6 10 7	Crema de calabacín con picatostes Pizza de jamón de york Fruta; rebanada de pan 720kcal 19%% P 54%HC 27% LIP 1 7 6 12	Olleta alicantina Longaniza de pollo fresca plancha Fruta; rebanada de pan 760kcal 25%% P 50%HC 25% LIP 1 12 6	Paella de pollo Abadejo con salsa de tomate Fruta; rebanada de pan 710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP 1 4	Sopa de cocido Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne) Yogur y rebanada de pan 740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP 1 3 6 10 12 7
30	31			
Patatas gratinadas con queso Merluza con verduras Fruta; rebanada de pan 720kcal 21% P 56%HC 23% LIP 1 12 7 4	Menú China Arroz 3 delicias Pollo con almendras Fruta; rebanada de pan 670kcal 17%% P 58%HC 25% LIP 1 3 12 8			

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO

