

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Abril 2024

COLEGIO CENTRO CULTURAL SALMANTINO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con verduras San Jacobo con patatas fritas Yogur y pan</p> <p>VE:4.004/958 GT:42 GS:8 HC:111 AZ:14 PROT:39 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Espirales con tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan</p> <p>VE:2.951/706 GT:9 GS:0 HC:119 AZ:24 PROT:36 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan</p> <p>VE:2.999/717 GT:25 GS:10 HC:83 AZ:15 PROT:39 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Arroz a la napolitana Pollo asado al romero con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.122/747 GT:13 GS:2 HC:117 AZ:25 PROT:43 SAL:1</p>
<p>8</p> <p>Coditos gratinados Tortilla española con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p> <p>VE:3.165/757 GT:20 GS:3 HC:105 AZ:41 PROT:32 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Sopa de picadillo Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p> <p>VE:2.177/521 GT:17 GS:6 HC:57 AZ:12 PROT:35 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Arroz con magro Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.234/774 GT:17 GS:2 HC:115 AZ:25 PROT:37 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Hamburguesa al horno con salteado de verduras Yogur y pan</p> <p>VE:2.921/699 GT:25 GS:8 HC:88 AZ:15 PROT:44 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabaza Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan</p> <p>VE:2.734/654 GT:16 GS:2 HC:83 AZ:26 PROT:41 SAL:2</p>
<p>15</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Lacón a la gallega con patatas asadas Fruta y pan</p> <p>VE:3.506/839 GT:17 GS:3 HC:133 AZ:24 PROT:37 SAL:3</p>	<p>16</p> <p>Arroz a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan</p> <p>VE:3.921/938 GT:61 GS:9 HC:97 AZ:9 PROT:38 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan</p> <p>VE:3.116/745 GT:21 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Judías verdes con patatas Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Yogur y pan</p> <p>VE:2.943/704 GT:24 GS:11 HC:86 AZ:13 PROT:33 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Macarrones con boloñesa de jamón de york Tortilla francesa con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan</p> <p>VE:2.631/629 GT:16 GS:1 HC:97 AZ:25 PROT:29 SAL:1</p>
<p>22</p> <p>Sopa de ave Magro en salsa con patatas fritas Fruta y pan</p> <p>VE:2.895/693 GT:20 GS:2 HC:97 AZ:27 PROT:42 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan</p> <p>VE:3.419/818 GT:28 GS:6 HC:106 AZ:10 PROT:42 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla española con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:2.976/712 GT:17 GS:2 HC:110 AZ:29 PROT:36 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Coditos a la napolitana Rabas de calamar con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan</p> <p>VE:3.312/792 GT:30 GS:6 HC:98 AZ:13 PROT:32 SAL:1</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con pisto Fruta y pan</p> <p>VE:2.692/644 GT:15 GS:3 HC:84 AZ:28 PROT:42 SAL:1</p>
<p>29</p> <p>Crema de zanahoria Escalope de cerdo con patatas dado Fruta y pan</p> <p>VE:4.188/1.002 GT:52 GS:8 HC:101 AZ:31 PROT:30 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Macarrones a la boloñesa Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p> <p>VE:3.352/802 GT:26 GS:6 HC:105 AZ:12 PROT:36 SAL:1</p>			