

MES: Abril 2021

COLEGIO: SAN MIGUEL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

			1	2
			SEMANA SANTA	SEMANA SANTA
5 Macarrones al pomodoro Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:3.298/789 GT:29 GS:2 HC:117 AZ:24 PROT:22 SAL:3</small>	6 Cocido andaluz con chorizo Pavo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:3.281/785 GT:28 GS:9 HC:91 AZ:19 PROT:43 SAL:2</small>	7 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al limón con judías salteadas Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.119/507 GT:9 GS:3 HC:71 AZ:25 PROT:39 SAL:2</small>	8 Crema de calabacín Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.867/686 GT:35 GS:6 HC:67 AZ:25 PROT:29 SAL:2</small>	9 Paella Filete de merluza en salsa verde con zanahorias baby Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:2.832/677 GT:20 GS:6 HC:83 AZ:11 PROT:41 SAL:4</small>
12 Lentejas a la riojana Filete de merluza al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.353/563 GT:13 GS:3 HC:80 AZ:25 PROT:37 SAL:2</small>	13 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con guisantes Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:2.654/635 GT:32 GS:13 HC:57 AZ:13 PROT:31 SAL:2</small>	14 Arroz a la milanesa Filete de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.506/600 GT:8 GS:2 HC:103 AZ:23 PROT:31 SAL:2</small>	15 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.875/688 GT:27 GS:7 HC:84 AZ:27 PROT:34 SAL:2</small>	16 Macarrones con salsa de tomate Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:3.312/792 GT:39 GS:9 HC:75 AZ:15 PROT:40 SAL:2</small>
19 Crema de calabaza Estofado de cerdo con patatas dólar Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.696/645 GT:28 GS:5 HC:71 AZ:25 PROT:31 SAL:2</small>	20 Espaguetis con salsa de tomate Filete de merluza al horno con judías verdes salteadas Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:2.706/647 GT:13 GS:4 HC:93 AZ:12 PROT:40 SAL:3</small>	21 FESTIVO	22 Sopa de fideos Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.023/484 GT:22 GS:4 HC:68 AZ:24 PROT:11 SAL:4</small>	23 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:2.249/538 GT:12 GS:4 HC:74 AZ:9 PROT:31 SAL:2</small>
26 Lentejas a la jardinera Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.152/515 GT:13 GS:2 HC:91 AZ:23 PROT:14 SAL:2</small>	27 Macarrones al pomodoro Hamburguesa al horno con patatas chips Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:3.063/733 GT:30 GS:10 HC:90 AZ:9 PROT:36 SAL:2</small>	28 Arroz con magro Filete de pavo en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:3.025/724 GT:22 GS:3 HC:101 AZ:27 PROT:31 SAL:2</small>	29 Cocido de garbanzos Jamoncitos de pollo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (sin gluten) <small>VE:2.988/715 GT:15 GS:4 HC:97 AZ:27 PROT:52 SAL:2</small>	30 Crema de verduras Bacalao con tomate con patatas al vapor Yogur y pan (sin gluten) <small>VE:2.880/689 GT:34 GS:6 HC:56 AZ:10 PROT:39 SAL:2</small>