

MENÚ ESCOLAR MARZO 2018

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
												<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">1</div> <p>Alubias blancas Pollo al ajillo Manzana <i>A/M</i>: Bocadillo de mortadela</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">2</div> <p>Lentejas estofadas Pescado al horno Naranja <i>A/M</i>: Bocadillo de pavo</p>			
												V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">5</div> <p>Espaguetis con tomate Lomo con ensalada Pera <i>A/M</i>: Bocadillo de chorizo</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">6</div> <p>Garbanzos con verdura Tortilla de patata Mandarina <i>A/M</i>: Bocadillo de mortadela</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">7</div> <p>Puré de verdura Filete con patatas Yogurt <i>A/M</i>: Chokolatina</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">8</div> <p>Cocido Montañés Pescado al horno plátano <i>A/M</i>: Bocadillo de salchichón</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">9</div> <p>Patatas a la Riojana San Jacobo Melocotón en almíbar <i>A/M</i>: Bocadillo de jamón York</p>			
V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">12</div> <p>Macarrones con tomate Morcilla con patatas Naranja <i>A/M</i>: Bocadillo de mortadela</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">13</div> <p>Alubias pintas Hamburguesa salsa zanahoria Manzana <i>A/M</i>: Bocadillo de salchichón</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">14</div> <p>Judías verdes Lomo con cortezas Yogurt <i>A/M</i>: Magdalena</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">15</div> <p>Lentjas guisadas Pescado en salsa Mandarina <i>A/M</i>: Bocadillo de chorizo</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">16</div> <p>Garbanzos con verdura Pollo a la naranja Melocotón en almíbar <i>A/M</i>: Bocadillo de queso</p>			
V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">19</div> <p>Lentejas estofadas Pechuga de pollo con ensalada Pera <i>A/M</i>: Bocadillo de chorizo</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">20</div> <p>Arroz con tomate Salchichas con ketchup y patatas Naranja <i>A/M</i>: Bocadillo de mortadela</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">21</div> <p>Sopa de fideos Carne con tomate y patatas Yogurt <i>A/M</i>: Chokolatina</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">22</div> <p>Cocido Montañés Pescado al horno Manzana <i>A/M</i>: Bocadillo de salchichón</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">23</div> <p>Patatas a la Riojana San Jacobo Melocotón en almíbar <i>A/M</i>: Bocadillo de pavo</p>			
V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">26</div> <p>Espaguetis con tomate Lomo con ensalada Mandarina <i>A/M</i>: Bocadillo de mortadela</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">27</div> <p>Garbanzos guisados Tortilla de patata Manzana <i>A/M</i>: Bocadillo de chorizo</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">28</div> <p>Puré de verdura Filete con patatas Yogurt <i>A/M</i>: Sobao</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">29</div> <p>FESTIVO</p>				<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">30</div> <p>FESTIVO</p>			
V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.	V. Energ. Kcal	Hidratos g.	Grasas g.	Proteínas g.

* No se especifica por depender del la situación del mercado y temporada. En el comedor de Verdemar sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, lirio, sarda y bonito

** Los valores indicados incluyen el Aperitivo/ Merienda (A/M)