

MARZO 2021

Sin cerdo

COLEGIO SANTA MARÍA DE LOS APÓSTOLES

	1	2	3	4	5
Arroz con salsa de tomate	Alubias pintas estofadas con verduras	Crema de brócoli	Sopa de ave con fideos	Pasta salteada con verduras	
Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua	Palometa al horno Con calabacín Fruta / pan / agua	Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua	Garbanzos estofados con verduras 0 Fruta en su jugo / pan / agua PONER FRUTA	Tortilla francesa Con ensalada Natillas sin azúcar / Pan / Agua PONER FRUTA	
	8	9	10	11	12
Patatas guisadas con verduras	Judías verdes con patatas	Lentejas guisadas con calabaza	Sopa de ave con lluvia	Arroz con pisto	
Filete de salmón al horno Con zanahorias Fruta / pan / agua	Contramuslo de pollo asado al romero Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua	Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua	Merluza a la mediterránea Con patatas horno Natillas sin azúcar / Pan / Agua PONER FRUTA	Tortilla francesa Con zanahorias Fruta en su jugo / pan / agua PONER FRUTA	
	15	16	17	18	19
Lentejas estofadas	Arroz con verduras	Crema de calabaza	Sopa de ave con fideos	FESTIVO	
Jamonicitos de pollo asado Con ensalada Yogur desnatado/ pan / agua	Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua	Pechuga de pavo al horno Con ensalada Natillas sin azúcar / Pan / Agua PONER FRUTA	Garbanzos estofados con verduras 0 Fruta en su jugo / pan / agua PONER FRUTA		
	22	23	24	25	26
Crema de calabacín	Judías verdes con patatas al ajoarriero	Alubias pintas estofadas	Espirales en salsa de tomate	FESTIVO	
Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Fruta en su jugo / pan / agua PONER FRUTA	Estofado de pollo al curry Con verduras Natillas sin azúcar / Pan / Agua PONER FRUTA	Filete de merluza al horno Con calabacín Fruta / pan / agua	Tortilla francesa Con calabaza dado Fruta / pan / agua		
	29	30	31		
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	Atendiendo RD 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias	DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA GRANDE Nº COLEGIADO: MAD00027	