



Lunes

Martes

# Colegio Gaztelueta

Marzo 2019

Menú Basal

Elaborado en la cocina del colegio

Miércoles

Jueves

Viernes

**Tamar**  
RESTAURACIÓN & CATERING

**4** Kcal 868 Glú 117 Líp 41 Pro 42

1° Espaguetis carbonara

2° Escalope de ternera con ensalada

Postre Fruta Pan

**5** Kcal 964 Glú 110 Líp 40 Pro 45

1° Cocido de lentejas con zanahoria

2° Filete de gallo con mahonesa

Postre Natillas Pan

**6** Kcal 855 Glú 109 Líp 30 Pro 42

1° Patatas mimosa con nata

2° Hamburguesa de bonito con patatas

Postre Fruta Pan

**7** Kcal 789 Glú 76 Líp 30 Pro 44

1° Puré de verduras

2° Pollo asado con ensalada

Postre Fruta Pan

**1** Kcal 921 Glú 127 Líp 29 Pro 42

1° Paella de conejo

2° Filete de gallo con ensalada

Postre Helado Pan

**8** Kcal 905 Glú 128 Líp 31 Pro 32

1° Arroz con tomate

2° Filete de merluza con lechuga

Postre Helado Pan

**11** Kcal 851 Glú 99 Líp 34 Pro 42

1° Vainas con tomate

2° Pechuga de pollo empanada con patatas

Postre Fruta Pan

**12** Kcal 825 Glú 126 Líp 20 Pro 43

1° Arroz tres delicias

2° Lenguado con salsa de yogur y champiñones

Postre Yogur Pan

**13** Kcal 776 Glú 111 Líp 20 Pro 42

1° Macarrones con tomate

2° Filete ruso con cebolla caramelizada y pimientos

Postre Fruta Pan

**14** Kcal 898 Glú 98 Líp 42 Pro 37

1° Alubias con chorizo

2° Salchichas al horno con lechuga

Postre Fruta Pan

**15** Kcal 729 Glú 92 Líp 28 Pro 31

1° Crema de verduras natural y acelgas

2° Merluza a la romana con limón

Postre Natillas Pan

**18**

FIESTA

**19**

FIESTA

**20** Kcal 999 Glú 84 Líp 71 Pro 27

1° Patatas mimosa con nata

2° Huevos con bacon

Postre Fruta Pan

**21** Kcal 801 Glú 101 Líp 26 Pro 45

1° Garbanzos con morcilla

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

**22** Kcal 902 Glú 116 Líp 33 Pro 41

1° Risotto de setas

2° Gallo rebozado con ensalada

Postre Yogur Pan

**25** Kcal 798 Glú 76 Líp 30 Pro 47

1° Crema de calabacín

2° Muslo de pollo asado con lechuga

Postre Fruta Pan

**26** Kcal 795 Glú 104 Líp 26 Pro 41

1° Alubias con verduras

2° Merluza a la romana con ensalada

Postre Fruta Pan

**27** Kcal 873 Glú 128 Líp 20 Pro 43

1° Macarrones con tomate

2° Albóndigas con champiñones

Postre Flan Pan

**28** Kcal 999 Glú 93 Líp 66 Pro 33

1° Patatas alpujarreñas

2° Huevos con salchichas

Postre Copa Danone Pan

**29** Kcal 757 Glú 84 Líp 31 Pro 39

1° Menestra de verduras

2° Lenguado con salsa de yogur y champiñones

Postre Yogur Pan

