



Gaztelueta Infantil

Marzo 2020

Menú Basal

Comida elaborada en la cocina del colegio

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2 Kcal 915 Glú 140 Líp 33 Pro 21

1° Paella
2° Croquetas de jamón con ensalada
Postre Fruta Pan

3 Kcal 873 Glú 120 Líp 31 Pro 35

1° Garbanzos con chorizo
2° Merluza al horno con zanahoria y calabacín
Postre Natillas Pan

4 Kcal 659 Glú 95 Líp 15 Pro 39

1° Puré de verduras
2° Estofado de pavo con champiñones
Postre Fruta Pan

5 Kcal 889 Glú 109 Líp 32 Pro 46

1° Espaguetis a la boloñesa
2° Escalope de ternera con lechuga
Postre Yogur Pan

6 Kcal 660 Glú 82 Líp 22 Pro 36

1° Vainas con patatas
2° Bacalao rebozado con pimientos
Postre Macedonia Pan

9 Kcal 958 Glú 135 Líp 37 Pro 24

1° Arroz con verduras
2° Nuggets de pollo con ketchup
Postre Fruta Pan

10 Kcal 725 Glú 84 Líp 27 Pro 39

1° Guisantes con jamón
2° Lomo adobado de cerdo con pimientos
Postre Yogur Pan

11 Kcal 779 Glú 104 Líp 28 Pro 34

1° Macarrones con tomate y huevo
2° Merluza a la romana con ensalada de maíz
Postre Fruta Pan

12 Kcal 817 Glú 76 Líp 31 Pro 48

1° Crema de calabacín
2° Pollo asado con lechuga
Postre Yogur bebible Pan

13 Kcal 853 Glú 109 Líp 25 Pro 53

1° Alubias rojas con calabaza
2° Palometa con tomate
Postre Fruta Pan

16 Kcal 879 Glú 122 Líp 34 Pro 30

1° Lentejas con verduras
2° Empanadillas de atún con lechuga
Postre Fruta Pan

17 Kcal 760 Glú 83 Líp 29 Pro 45

1° Crema de espinacas
2° Pechuga de pollo empanada con champiñones
Postre Flan Pan

18 Kcal 800 Glú 126 Líp 19 Pro 37

1° Arroz con tomate
2° Bacalao rebozado con pimientos
Postre Fruta Pan

19 FIESTA

20 FIESTA

23 Kcal 885 Glú 122 Líp 36 Pro 24

1° Arroz con tomate
2° Salchichas al horno con ensalada
Postre Fruta Pan

24 Kcal 709 Glú 101 Líp 25 Pro 24

1° Patatas a la riojana
2° Bacalao rebozado con pisto
Postre Yogur Pan

25 Kcal 894 Glú 87 Líp 35 Pro 46

1° Acelgas con patatas
2° Muslo de pollo asado con chips
Postre Fruta Pan

26 Kcal 804 Glú 111 Líp 23 Pro 43

1° Espaguetis con verduras
2° Lomo asado con champiñones
Postre Gelatina fresa Pan

27 Kcal 881 Glú 103 Líp 36 Pro 41

1° Alubias blancas
2° Merluza a la romana con mahonesa
Postre Fruta Pan

30 Kcal 932 Glú 144 Líp 35 Pro 17

1° Arroz con verduras
2° San jacobito con ensalada
Postre Fruta Pan

31 Kcal 789 Glú 105 Líp 21 Pro 50

1° Alubias rojas con zanahoria
2° Lomo adobado de cerdo con pimientos
Postre Natillas Pan

1 Kcal 832 Glú 108 Líp 26 Pro 46

1° Macarrones con tomate
2° Palometa a la riojana
Postre Fruta Pan

2 Kcal 734 Glú 90 Líp 27 Pro 38

1° Vainas con patatas
2° Albóndigas a la jardinera
Postre Yogur Pan

3 Kcal 767 Glú 92 Líp 34 Pro 27

1° Puré de verduras
2° Tortilla de patata
Postre Macedonia Pan