

# Menú Toledo in situ Febrero 2023

Sin Leche de Cabra ni de Oveja - - Colegio Luis Solana (Méntrida)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1Lentejas Estofadas con Verduras Lacón a la Gallega Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	2Menestra de Verduras Rehogada Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	3Judías Pintas Estofadas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
6Lentejas Estofadas con Verduras Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	7Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	8Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	9Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	10Judías Verdes Rehogadas Pollo Asado Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta
13Salteado de Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	14Judías Blancas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	15Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	16Lentejas Estofadas con Verduras Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	17Crema de Calabacín ECO Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
20Coditos con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	21Judías Pintas Estofadas Salmón en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	22Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	23Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	24Coliflor a la Italiana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
27Brócoli Salteado Marmitako de Salmón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	28Crema de Zanahoria ECO Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.