

# Menú Toledo in situ Marzo 2023

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1Judías Blancas Estofadas con Verduras Pollo al Ajillo Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo	2Macarrones Napolitana Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	3Lentejas Con Arroz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
6Crema de Calabacín ECO Rotti de Pavo al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	7Guisantes Rehogados con Bacon Bacalao Rebozado Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	8Arroz con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	9Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	10Judías Pintas Estofadas Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
13Menestra de Verduras Tallarines a la Boloñesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	14Lentejas con Chorizo Caprichos de Calamar Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	15Sopa de Fideos Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo	16Arroz Campesina Gallo a la Riojana Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	17Potaje de Cuaresma Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
20Paella de Marisco Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	21Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	22Coditos con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	23Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	24Crema de Verduras ECO Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
27Macarrones Amatriciana Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	28Arroz a Banda Hamburguesa Mixta al Horno Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	29Garbanzos Estofados con Chorizo Jurel en Salsa de Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	30Coliflor a la Italiana Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	31Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta

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.