

# Colegio Ntra. Sra. de la Vega

Mayores



Marzo 2018

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros Platos				Crema de Verduras	Paella de Verduras
Segundos Platos				Brócoli Rehogado	Lombarda al Ajillo
Guarnición				Escalope de Pollo	Bacalao en Salsa
Postre				Caballa a la Molinera	Ternera a la Napolitana
Cena Sugerida:				Patatas al Horno	Verduras Salteadas
				Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada
				Sopa y Pescado	Verdura y Huevo
SEMANA 2	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros Platos	Lentejas a la Riojana	Macarrones con Carne	Arroz con Atún	Sopa de Estrellitas	Crema de Calabacín
Segundos Platos	Coliflor al Pimentón	J Verdes con Patata	Trio de Verduras	Wok de Verduras	Ensaladilla Rusa
Guarnición	Lomo a la Plancha	Merluza en Salsa Verde	Pollo Estofado	Bacalao con Tomate	Huevos Rebozados
Postre	Salmón al Eneldo	Filete de Ternera a la Pimienta	Palometa a la Plancha	Ternera a la Jardinera	Cinta de Lomo a la Plancha
Cena Sugerida:	Ens de Lechuga y Maíz	Guisantes Salteados	Zanahorias Baby	Verduras	Patatas Dado
	Fruta Variada	Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada	Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada
	Verdura y Pescado	Verdura y Lomo	Verdura y Huevo	Verdura y Pollo	Sopa y Pescado
SEMANA 3	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros Platos	Arroz Boloñesa	Judias Blancas Caseras	Espaguetis Napolitana	Patatas Estofadas	Crema de Zanahorias
Segundos Platos	Guisantes con Bacon	Menestra de Verduras	Berenjena al Horno	Acelgas con Jamón	Pisto Manchego
Guarnición	Bonito con Tomate	Jamoncitos de Pollo al Limón	Escalopines de Cerdo	Hamburguesa a la Plancha	Tortilla de Patata
Postre	Chuleta de Cerdo	Bacalao a la Marinera	Tortilla Campera	Limanda a la Romana	Escalope a la Milanesa
Cena Sugerida:	Duo de Verduras	Ens de Maíz y Zanahoria	Ensalada del Chef	Ens de Lechuga y Tomate	Ensalada Verde
	Fruta Variada	Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada	Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada
	Verdura y Ternera	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo	Verdura y Pescado	Sopa y Pollo
SEMANA 4	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros Platos	Macarrones con Tomate	Arroz Tres Delicias	Pure Vegetal	Sopa de Cocido	VACACIONES DE
Segundos Platos	Alcachofas con Jamón	Espinacas a la Crema	Parrillada de Verduras	Repollo al Ajoarriero	SEMANA SANTA
Guarnición	Albóndigas en Salsa	Huevos Villaroy	Merluza Meuniere	Cocido Completo	
Postre	Emperador a la Plancha	Ragout de Pavo	Chuleta de Cerdo	Atún Encebollado	
Cena Sugerida:	Jardinera	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas Fritas	Postre Lácteo o Fruta	
	Fruta Variada	Postre Lácteo o Fruta	Fruta Variada	Verdura y Huevo	
	Verdura y Pescado	Verdura y Pollo	Sopa y Lomo		
SEMANA 5	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros Platos	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE
Segundos Platos	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA
Guarnición					
Postre					
Cena Sugerida:					

Todos los días el menú irá acompañado de pan y agua

Todos los días se tomará leche

Se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente cuando los padres lo hayan advertido o el servicio médico lo estime conveniente



# Colegio Ntra. Sra. de la Vega

## Primer Turno



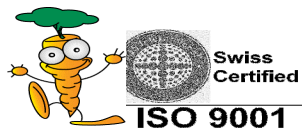
Marzo 2018

SEMANA 1			LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			1 VIERNES			2		
Primer Plato													Crema de Verduras	Información nutricional:	Paella de Verduras	Información nutricional:				
Segundo Plato													Escalope de Pollo	530 kcal. 13,9% prot.	Bacalao en Salsa	570 kcal. 18,0% prot.				
Guarnición													Patatas al Horno	49,6% H.C.	Verduritas Salteadas	59,1% H.C.				
Postre													Postre Lácteo	36,2% lip.	Fruta Variada	22,7% lip.				
Cena Sugerida:													Sopa y Pescado		Verdura y Huevo					
SEMANA 2			LUNES			5 MARTES			6 MIERCOLES			7 JUEVES			8 VIERNES			9		
Primer Plato	Lentejas a la Riojana	Información nutricional:	Macarrones con Carne	Información nutricional:	Arroz con Atún	Información nutricional:	Sopa de Estrellitas	Información nutricional:	Crema de Calabacín	Información nutricional:										
Segundo Plato	Lomo a la Plancha	467 kcal. 26,1% prot.	Merluza en Salsa Verde	459 kcal. 19,3% prot.	Pollo Estofado	482 kcal. 13,1% prot.	Bacalao con Tomate	495 kcal. 21,7% prot.	Huevos Rebozados	566 kcal. 11,6% prot.										
Guarnición	Ens de Lechuga y Maíz	45,8% H.C.	Guisantes Salteados	44,8% H.C.	Zanahorias Baby	57,5% H.C.	Verduritas	50,8% H.C.	Patatas Dado	37,5% H.C.										
Postre	Fruta Variada	27,7% lip.	Postre Lácteo	35,8% lip.	Fruta Variada	28,1% lip.	Postre Lácteo	27,4% lip.	Fruta Variada	50,6% lip.										
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Huevo		Verdura y Pollo		Sopa y Pescado											
SEMANA 3			LUNES			12 MARTES			13 MIERCOLES			14 JUEVES			15 VIERNES			16		
Primer Plato	Arroz Boloñesa	Información nutricional:	Judías Blancas Caseras	Información nutricional:	Espaguetis Napolitana	Información nutricional:	Patatas Estofadas	Información nutricional:	Crema de Zanahorias	Información nutricional:										
Segundo Plato	Bonito con Tomate	603 kcal. 21,2% prot.	Jamoncitos de Pollo al Limón	456 kcal. 22,7% prot.	Escalopines de Cerdo	546 kcal. 16,8% prot.	Hamburguesa a la Plancha	541 kcal. 20,9% prot.	Tortilla de Patata	580 kcal. 11,2% prot.										
Guarnición	Duo de Verduras	51,8% H.C.	Ens de Maíz y Zanahoria	49,7% H.C.	Ensalada del Chef	48,8% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	45,3% H.C.	Ensalada Verde	32,4% H.C.										
Postre	Fruta Variada	26,8% lip.	Postre Lácteo	27,3% lip.	Fruta Variada	34,1% lip.	Postre Lácteo	33,8% lip.	Fruta Variada	55,8% lip.										
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Verdura y Pescado		Sopa y Pollo											
SEMANA 4			LUNES			19 MARTES			20 MIERCOLES			21 JUEVES			22 VIERNES			23		
Primer Plato	Macarrones con Tomate	Información nutricional:	Arroz Tres Delicias	Información nutricional:	Pure Vegetal	Información nutricional:	Sopa de Cocido	Información nutricional:	VACACIONES DE											
Segundo Plato	Albóndigas en Salsa	591 kcal. 18,2% prot.	Huevos Villaroy	563 kcal. 16,4% prot.	Merluza Meuniere	445 kcal. 12,5% prot.	Cocido Completo	880 kcal. 21,1% prot.	SEMANA SANTA											
Guarnición	Jardinera	51,4% H.C.	Ens de Lechuga y Maíz	49,2% H.C.	Patatas Fritas	35,4% H.C.	Postre Lácteo	39,9% H.C.												
Postre	Fruta Variada	29,9% lip.	Postre Lácteo	34,5% lip.	Fruta Variada	51,7% lip.	Postre Lácteo	39,0% lip.												
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado		Verdura y Pollo		Sopa y Lomo		Verdura y Huevo													
SEMANA 5			LUNES			26 MARTES			27 MIERCOLES			28 JUEVES			29 VIERNES			30		
Primer Plato	VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE		VACACIONES DE											
Segundo Plato	SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA											
Guarnición																				
Postre																				
Cena Sugerida:																				

Todos los días el menú irá acompañado de pan y agua

Todos los días se tomará leche

Se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente cuando los padres lo hayan advertido o el servicio médico lo estime conveniente



# Colegio Ntra. Sra. de la Vega

## Menú Especial - 2 años



Marzo 2018

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	1 VIERNES	2
Primer Plato				Crema de Verduras	Paella de Verduras	
Segundo Plato				Escalope de Pollo	Bacalao en Salsa	
Guarnición				Patatas al Horno	Verduras Salteadas	
Postre				Postre Lácteo	Fruta Variada	
Cena Sugerida:				Sopa y Pescado	Verdura y Huevo	
SEMANA 2	LUNES	5 MARTES	6 MIERCOLES	7 JUEVES	8 VIERNES	9
Primer Plato	Lentejas a la Riojana	Macarrones con Carne	Arroz con Atún	Sopa de Estrellitas	Crema de Calabacín	
Segundo Plato	Lomo a la Plancha	Merluza en Salsa Verde	Pollo Estofado	Bacalao con Tomate	Huevos Rebozados	
Guarnición	Ens de Lechuga y Maíz	Guisantes Salteados	Zanahorias Baby	Verduras	Patatas Dado	
Postre	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado	Verdura y Lomo	Verdura y Huevo	Verdura y Pollo	Sopa y Pescado	
SEMANA 3	LUNES	12 MARTES	13 MIERCOLES	14 JUEVES	15 VIERNES	16
Primer Plato	Arroz Boloñesa	Judías Blancas Caseras	Espaguetis Napolitana	Patatas Estofadas	Crema de Zanahorias	
Segundo Plato	Bonito con Tomate	Jamoncitos de Pollo al Limón	Escalopines de Cerdo	Hamburguesa a la Plancha	Tortilla de Patata	
Guarnición	Duo de Verduras	Ens de Maíz y Zanahoria	Ensalada del Chef	Ens de Lechuga y Tomate	Ensalada Verde	
Postre	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo	Verdura y Pescado	Sopa y Pollo	
SEMANA 4	LUNES	19 MARTES	20 MIERCOLES	21 JUEVES	22 VIERNES	23
Primer Plato	Macarrones con Tomate	Arroz Tres Delicias	Pure Vegetal	Sopa de Cocido	VACACIONES DE	
Segundo Plato	Albóndigas en Salsa	Huevos Villaroy	Merluza Meuniere	Cocido Completo	SEMANA SANTA	
Guarnición	Jardinera	Ens de Lechuga y Maíz	Patatas Fritas			
Postre	Fruta Variada	Postre Lácteo	Fruta Variada	Postre Lácteo		
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado	Verdura y Pollo	Sopa y Lomo	Verdura y Huevo		
SEMANA 5	LUNES	26 MARTES	27 MIERCOLES	28 JUEVES	29 VIERNES	30
Primer Plato	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	VACACIONES DE	
Segundo Plato	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	
Guarnición						
Postre						
Cena Sugerida:						

Todos los días el menú irá acompañado de pan y agua

Todos los días se tomará leche

Se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente cuando los padres lo hayan advertido o el servicio médico lo estime conveniente