

MES: Abril 2019

COLEGIO: ANTAVILLA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional		
1	Patatas a la riojana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Riojana style potatoes Andalusian style hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	2	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread	3	Espaguetis al ajillo Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Spaghetti with garlic Baked chicken with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	4	Lentejas estofadas con verduras Albóndigas a la jardinera con verduras Fruta y pan Stewed lentils Meatballs with vegetables with vegetables Fruit and bread	5	Paella mixta Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Flan y pan Mixed paella Baked hake with lettuce & tomatoes Crème caramel and bread			Kcl: 692 HC: 90 Prot: 31 Lip: 21
8	Sopa de picadillo Escalope de pollo con patatas fritas Fruta y pan Broth with ham & egg bits Breaded chicken escalope with french fries Fruit and bread	9	Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Andalusian style hake with lettuce & tomatoes Fruit and bread	10	Alubias estofadas con verduras Lomo al ajillo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Beans with vegetables Tenderloin with garlic with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	11	Coditos con boloñesa de chorizo Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Elbow macaroni with chorizo sausage bolognese Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12	FESTIVO		Kcl: 692 HC: 77 Prot: 34 Lip: 30	
15	FESTIVO		16	FESTIVO		17	FESTIVO		18	FESTIVO		Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
22	FESTIVO		23	Arroz con salsa de tomate Delicias de merluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Hake delights with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	24	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	25	Fideuá Lomo a la plancha con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Fideua (fine paella) Grilled tenderloin with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	26	Lentejas a la jardinera Fogonero en salsa verde con ensalada de lechuga y palitos de cangrejo Postre lácteo y pan Vegetables lentils Pollack in green sauce with lettuce & crab sticks Dairy dessert and bread	Kcl: 752 HC: 94 Prot: 38 Lip: 27	
29	Macarrones a la genovesa Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Macaroni in genovese sauce Chicken breast with lettuce & olives Fruit and bread	30	Sopa de picadillo Magro adobado con menestra de verduras salteadas Yogur y pan Broth with ham & egg bits Marinated pork loin steak with minestrone Yoghurt and bread							HUEVO CRUDO (COMIDA NORMAL MENOS TORTILLA Y REVUELTO)		Kcl: 719 HC: 57 Prot: 42 Lip: 34