

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 (sin huevo) Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Yoghurt and bread	3	Pasta (sin huevo) al ajillo Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) 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 de carne Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Flan y pan Meat paella Baked hake with lettuce & tomatoes Crème caramel and bread			Kcl: 665 HC: 82 Prot: 31 Lip: 22
8	Sopa de pasta (sin huevo) Filete de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup (without egg) Baked chicken 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	Pasta (sin huevo) con boloñesa de chorizo Filete de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta (without eggs) with chorizo bolognese sauce Beef steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	12	<b>FESTIVO</b>		Kcl: 620 HC: 76 Prot: 32 Lip: 22	
15	<b>FESTIVO</b>		16	<b>FESTIVO</b>		17	<b>FESTIVO</b>		18	<b>FESTIVO</b>		
										Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0		
22	<b>FESTIVO</b>		23	Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	24	Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	25	Pasta (sin huevo) con tomate Lomo a la plancha con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled tenderloin with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	26	Lentejas a la jardinera Fogonero en salsa verde con ensalada Postre lácteo y pan Vegetables lentils Pollack in green sauce with salad Dairy dessert and bread	Kcl: 720 HC: 85 Prot: 34 Lip: 29	
29	Pasta (sin huevo) a la genovesa Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta (without eggs) with genovese sauce Chicken breast with lettuce & olives Fruit and bread	30	Sopa de pasta (sin huevo) Magro adobado con menestra de verduras salteadas Yogur y pan Pasta soup (without egg) Marinated pork loin steak with minestrone Yoghurt and bread							Kcl: 693 HC: 61 Prot: 40 Lip: 28		