

# MENÚ DE: ABRIL-SIN LACTOSA. COLEGIO Apóstol Santiago Vigo.



## LUNES

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

## MARTES

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

## MIÉRCOLES

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

## JUEVES

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

## VIERNES

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

1

FESTIVO.

2

FESTIVO.

5

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

NO LECTIVO

6

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Crema de calabacín.  
Huevos con Frankfurt SL y arroz.  
Lácteo de soja.

7

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Alubias blancas estofadas.  
Albóndigas a la jardinera.  
Fruta de temporada.

8

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Sopa de lluvia.  
Filete de abadejo con patatas.  
Lácteo de soja.

9

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Crema de verduras.  
Pollo asado con ensalada.  
Fruta de temporada.

12

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Crema hortelana.  
Palometa con patatas.  
Fruta de temporada.

13

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Sopa de estrellitas.  
Pollo al limón con ensalada.  
Lácteo de soja

14

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Arroz tres delicias.  
Bacalao en tempura con ensalada.  
Fruta de temporada.

15

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Judías verdes con huevo.  
Macarrones boloñesa.  
Lácteo de soja.

16

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Garbanzos con chorizo.  
Lomo a la plancha con ensalada.  
Fruta de temporada.

19

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Crema de calabacín natural.  
Ragout de pavo a la jardinera.  
Fruta de temporada.

20

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Lentejas guisadas.  
Tortilla de patatas con ensalada.  
Lácteo de soja.

21

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Arroz con salsa de tomate natural.  
Merluza en salsa verde con verduritas.  
Fruta de temporada.

22

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Sopa de fideos.  
Pizza SL  
Lácteo de soja.

23

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Fusilli con salsa napolitana.  
Palometa con ensalada china.  
Fruta de temporada.

26

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Salteado de verduritas.  
Hamburguesa con patatas fritas.  
Fruta de temporada.

27

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Potaje de alubias.  
Pollo a la miel con arroz pilaf  
Lácteo de soja

28

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

Macarrones boloñesa.  
Abadejo en tempura con ensalada.  
Fruta de temporada.

29

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

JORNADA GASTRONÓMICA DE CASTILLA Y LEÓN



RECETA DE PEPE RGUEZ.

30

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
|      |    |     |      |

NO LECTIVO