

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Marzo 2025

ESCUELA INFANTIL EMBOLIC

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p><b>3</b></p> <p>Judías verdes salteadas Lomo adobado con salsa de tomate Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:2.144/513 GT:10 GS:3 HC:76 AZ:21 PROT:32 SAL:1</p>	<p><b>4</b></p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:3.103/742 GT:18 GS:3 HC:116 AZ:20 PROT:29 SAL:1</p>	<p><b>5</b></p> <p>Ensalada completa con huevo duro Fideuá Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.220/531 GT:9 GS:2 HC:89 AZ:23 PROT:24 SAL:1</p>	<p><b>6</b></p> <p>Crema de zanahoria y calabaza Jamoncitos de pollo con verduras Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.404/575 GT:14 GS:3 HC:71 AZ:24 PROT:39 SAL:1</p>	<p><b>7</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la crema con calabacín horneado Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.589/619 GT:7 GS:1 HC:109 AZ:19 PROT:29 SAL:1</p>	<p><b>8</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>9</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>
<p><b>10</b></p> <p>Crema de coliflor con picatostes integrales Limanda empanada al horno con champiñones Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta</p> <p>VE:3.394/812 GT:38 GS:4 HC:81 AZ:21 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>11</b></p> <p>Farfalles gratinados Tortilla de calabacín Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.910/696 GT:15 GS:3 HC:99 AZ:34 PROT:25 SAL:1</p>	<p><b>12</b></p> <p>Sopa de verduras con pasta Lomo en salsa con guisantes Fruta de temporada y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.270/543 GT:9 GS:3 HC:81 AZ:26 PROT:33 SAL:3</p>	<p><b>13</b></p> <p><b>JORNADA ESPECIAL FALLAS</b></p>	<p><b>14</b></p> <p>Potaje de garbanzos (eco.) Delicias de bacalao Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:3.453/826 GT:28 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:30 SAL:1</p>	<p><b>15</b></p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>
<p><b>17</b></p> <p><b>FALLAS</b></p>	<p><b>18</b></p> <p><b>FALLAS</b></p>	<p><b>19</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>20</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:3.145/752 GT:22 GS:8 HC:105 AZ:21 PROT:38 SAL:1</p>	<p><b>21</b></p> <p>Coditos con atún (tomate y atún) Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.838/679 GT:14 GS:2 HC:112 AZ:21 PROT:29 SAL:2</p>	<p><b>22</b></p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p><b>23</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>
<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Longanizas con pisto Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta</p> <p>VE:3.499/837 GT:42 GS:14 HC:75 AZ:23 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>25</b></p> <p>Sopa de ave con estrellitas Pollo al horno con manzana y cebolla Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.222/532 GT:7 GS:2 HC:83 AZ:26 PROT:36 SAL:0</p>	<p><b>26</b></p> <p>Pasta integral a la napolitana Filete de merluza en salsa de zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.399/574 GT:7 GS:1 HC:95 AZ:18 PROT:34 SAL:2</p>	<p><b>27</b></p> <p>Alubias estofadas con calabaza y patata Tortilla de patatas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.678/641 GT:17 GS:3 HC:96 AZ:23 PROT:32 SAL:1</p>	<p><b>28</b></p> <p>Ensalada tropical Paella de pescado Fruta de temporada y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:3.018/722 GT:24 GS:4 HC:104 AZ:27 PROT:23 SAL:4</p>	<p><b>29</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>
<p><b>31</b></p> <p>Sopa de cocido Medallón de salmón y calabaza al horno con brócoli salteado Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:3.023/723 GT:30 GS:7 HC:80 AZ:22 PROT:35 SAL:1</p>				<p>Todos los días se servirá ensalada variada con el menú y el pan se alternará entre blanco e integral. Opción de lácteo tras la fruta.</p>		

(\* Recomendación cena (\*\* Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)