



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

MARZO 2020 | COLEGIO MATER AMABILIS – SIN HUEVO, LACTOSA, LENTEJAS, GUISANTES NI FRUTOS SECOS

2	3	4	5 JORNADA ORIENTAL	6
NO LECTIVO	Arroz con tomate	Judías blancas con verduras	Tallarines al wok con pollo (sin huevo)	Espirales con tomate (sin huevo)
	Merluza al horno con ensalada	Contramuslo de pollo a la plancha con lechuga y tomate	Cerdo con piña y arroz cantonés 8sin huevo)	Filete de perca al horno con lechuga y maíz
	Melocotón en almíbar	Fruta de temporada	Yogur de soja	Natillas de soja
9 Crema de calabacín con picatostes	10 Paella mixta (pollo y calamares)	11 Sopa de cocido (sin huevo)	12 Judías verdes con tomate	13 Tallarines con tomate (sin huevo)
Magro de cerdo con patatas fritas	Fogonero al horno con lechuga y maíz	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta	Contramuslo de pollo a la plancha con patatas dado	Merluza al horno con ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de soja	Fruta de temporada	Yogur de soja
16 Fideuá con verduras y magro (sin huevo)	17 Espaguetis con salsa boloñesa (sin huevo)	18 Sopa de ave con fideos (sin huevo)	19 Crema de calabaza	20 Arroz con tomate
Filete de pavo a la plancha con ensalada	Filete de abadejo al horno con lechuga	Ragout de ternera con cus-cús	Filete de pollo con patatas	Merluza al horno con lechuga y maíz
Yogur de soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas de soja	Fruta de temporada
23 Coditos con tomate (sin huevo)	24 Judías blancas estofadas con verduras	25 Marmitako de atún	26 Sopa de cocido (sin huevo)	27 Arroz blanco con salsa de tomate
Filete de perca al horno con ensalada	Salchichas frescas con patatas fritas	Filete de contramuslo al horno con ensalada	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta	Bacalao al horno con lechuga y zanahoria
Fruta de temporada	Yogur de soja	Fruta de temporada	Yogur de soja	Fruta de temporada
30 Crema de champiñón con picatostes	31 Patatas guisadas con verduras			
Filete de Sajonia con ensalada	Merluza al horno con lechuga y tomate			
Fruta de temporada	Yogur de soja			