

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan Calorías: 658 Lípidos: 35 Proteínas: 24 Hcarbono: 74	Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado rebozado casero con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan Calorías: 721 Lípidos: 35 Proteínas: 22 Hcarbono: 77	Patatas guisadas Tortilla francesa con queso y con ensalada de lechuga Fruta y pan Calorías: 782 Lípidos: 42 Proteínas: 32 Hcarbono: 87	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan Calorías: 578 Lípidos: 48 Proteínas: 16 Hcarbono: 60	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan Calorías: 767 Lípidos: 37 Proteínas: 33 Hcarbono: 98
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo con patatas Natillas y pan Calorías: 687 Lípidos: 39 Proteínas: 34 Hcarbono: 54	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan Calorías: 729 Lípidos: 29 Proteínas: 39 Hcarbono: 81	Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de pescado con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan Calorías: 776 Lípidos: 38 Proteínas: 34 Hcarbono: 99	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur y pan Calorías: 612 Lípidos: 29 Proteínas: 25 Hcarbono: 55	Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan Calorías: 584 Lípidos: 25 Proteínas: 22 Hcarbono: 86
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz tres delicias Tortilla española y ensalada de lechuga y maíz Pettit suisse y pan Calorías: 659 Lípidos: 26 Proteínas: 38 Hcarbono: 71	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan Calorías: 655 Lípidos: 31 Proteínas: 37 Hcarbono: 59	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan Calorías: 784 Lípidos: 45 Proteínas: 30 Hcarbono: 84	Judías blancas estofadas con verduras Varitas de merluza con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan Calorías: 673 Lípidos: 25 Proteínas: 13 Hcarbono: 79	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Tortilla francesa con atún y ensalada de lechuga Fruta y pan Calorías: 639 Lípidos: 36 Proteínas: 26 Hcarbono: 68	Lentejas estofadas con verduras Lomitos de ventresca con lechuga y maíz Fruta y pan Calorías: 767 Lípidos: 37 Proteínas: 33 Hcarbono: 98	Sopa de picadillo Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur y pan Calorías: 613 Lípidos: 30 Proteínas: 23 Hcarbono: 72	NO LECTIVO

Podrá acceder a este menú a través de nuestra página web: www.enasui.com usuario 108 y clave 108

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN LENTEJAS MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado rebozado casero con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	Patatas guisadas Tortilla francesa con queso y con ensalada de lechuga Fruta y pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo con patatas Natillas y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan	Crema de calabacín Hamburguesa de pescado con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur y pan	Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz tres delicias Tortilla española y ensalada de lechuga y maíz Pettit suisse y pan	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan	Judías blancas estofadas con verduras Varitas de merluza con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Tortilla francesa con atún y ensalada de lechuga Fruta y pan	Arroz blanco salteado con york Lomitos de ventresca con lechuga y maíz Fruta y pan	Sopa de picadillo Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur y pan	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN LEGUMBRE MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado rebozado casero con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	Puré de patata y zanahoria Tortilla francesa con queso y con ensalada de lechuga Fruta y pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan	Arroz blanco salteado con york Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo a la plancha con patatas Natillas y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Filete de pollo en salsa con patatas Fruta y pan	Crema de calabacín Hamburguesa de pescado con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	Puré de patata y zanahoria Filete de ternera con patatas Yogur y pan	Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz Blanco con tomate Tortilla española y ensalada de lechuga y maíz Pettit suisse y pan	Sopa de cocido Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta y pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan	Crema de calabacín Varitas de merluza con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Tortilla francesa con atún y ensalada de lechuga Fruta y pan	Arroz blanco salteado con york Lomitos de ventresca con lechuga y maíz Fruta y pan	Sopa de picadillo Albóndigas de ternera en salsa con patatas y zanahoria (sin jardinera) Yogur y pan	NO LECTIVO

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN HUEVO, LEGUMBRE Y POLLO MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 - Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	- Día 2 - Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	- Día 3 - Patatas guisadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y Pan	- Día 4 - Crema de calabacín Filete de ternera con patatas Yogur y pan	- Día 5 - Arroz blanco salteado con york Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 - Crema de patata y zanahoria Cinta de lomo con patatas Yogur y pan	- Día 9 - Arroz blanco con salsa de tomate Filete de ternera en salsa con patatas Fruta y Pan	- Día 10 - Crema de calabacín Pescado al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	- Día 11 - Puré de patata y zanahoria Filete de ternera con patatas Yogur y pan	- Día 12 - Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 - Arroz blanco con tomate Cinta de lomo a la plancha y ensalada de lechuga Yogur y pan	- Día 16 - Pure de patata y zanahoria Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta y Pan	- Día 17 - Coditos con salsa de tomate y carne picada Jamón de york braseado en salsa con patatas Yogur y pan	- Día 18 - Crema de calabacín Merluza en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	- Día 19 - FESTIVO
- Día 22 - NO LECTIVO	- Día 23 - Macarrones con tomate y queso rallado Lomo a la plancha y ensalada de lechuga Fruta y Pan	- Día 24 - Arroz blanco salteado con york Pescado en salsa con lechuga y maíz Fruta y Pan	- Día 25 - Crema de patata y zanahoria Filete de ternera en salsa con patatas y zanahoria (sin jardinera) Yogur y pan	- Día 26 - NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN PESCADO MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	Espaguetis con salsa de tomate Lomo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	Patatas guisadas Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga Fruta y pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo con patatas Natillas y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur y pan	Macarrones con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz tres delicias Tortilla francesa con queso y ensalada de lechuga Pettit suisse y pan	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan	Judías blancas estofadas con verduras Filete de ternera plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta y pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	Sopa de picadillo Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur y pan	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)

COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN LACTOSA NI PROTEINA LÁCTEA NI HUEVO NI PESCADO MARZO 2010

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 - Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Fruta y pan	- Día 2 - Espaguetis con salsa de tomate Filete de pollo en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan	- Día 3 - Patatas guisadas Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	- Día 4 - Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Fruta y pan	- Día 5 - Judías Blancas estofadas con verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan
- Día 8 - Sopa de letras Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta y pan	- Día 9 - Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan	- Día 10 - Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	- Día 11 - Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Fruta y pan	- Día 12 - Macarrones con salsa de tomate Jamón braseado al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan
- Día 15 - Arroz blanco con tomate Filete de ternera a la plancha y ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	- Día 16 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo sin embutidos Fruta y pan	- Día 17 - Coditos con salsa de tomate y carne picada Filete de pollo en salsa con patatas Fruta y pan	- Día 18 - Judías blancas estofadas con verduras Filete de ternera plancha con lechuga y zanahoria Fruta y pan	- Día 19 - FESTIVO
- Día 22 - NO LECTIVO	- Día 23 - Macarrones con tomate Filete de ternera a la plancha y ensalada de lechuga Fruta y pan	- Día 24 - Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	- Día 25 - Sopa de pasta Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Fruta y pan	- Día 26 - NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN HUEVO NI PESCADO MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	Espaguetis con salsa de tomate Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	Patatas guisadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y Pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo con patatas Yogur y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y Pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur y pan	Macarrones con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz blanco con tomate Filete de pollo a la plancha y ensalada de lechuga Yogur y pan	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y Pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan	Judías blancas estofadas con verduras Filete de ternera plancha con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Lomo a la plancha y ensalada de lechuga Fruta y Pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y Pan	Sopa de de lluvia Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur y pan	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN HUEVO MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Yogur y pan	Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche y Pan	Patatas guisadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y Pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur y pan	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Cinta de lomo con patatas Yogur y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y Pan	Lentejas estofadas con verduras Pescado al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche y pan	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur y pan	Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz blanco con tomate Filete de pollo a la plancha y ensalada de lechuga Yogur y pan	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y Pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Salchichas en salsa con patatas Yogur y pan	Judías blancas estofadas con verduras Merluza en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate y queso rallado Lomo a la plancha y ensalada de lechuga Fruta y Pan	Lentejas estofadas con verduras Pescado en salsa con lechuga y maíz Fruta y Pan	Sopa de de lluvia Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur y pan	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN LACTOSA NI PROTEINA LÁCTEA NI HUEVO MARZO 2010

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-Día 1 - Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Fruta y pan	-Día 2 - Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan	-Día 3 - Patatas guisadas Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	-Día 4 - Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Fruta y pan	-Día 5 - Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan
- Día 8 - Sopa de letras Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta y pan	-Día 9 - Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan	- Día 10 - Lentejas estofadas con verduras Filete de pescado en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	-Día 11- Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Fruta y pan	-Día 12 - Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan
- Día 15 - Arroz blanco con tomate Filete de ternera a la plancha y ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	- Día 16 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo sin embutidos Fruta y pan	- Día 17 - Coditos con salsa de tomate y carne picada Filete de pollo en salsa con patatas Fruta y pan	- Día 18 - Judías blancas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	- Día 19 - FESTIVO
- Día 22 - NO LECTIVO	- Día 23 - Macarrones con tomate Filete de ternera a la plancha y ensalada de lechuga Fruta y pan	- Día 24 - Lentejas estofadas con verduras Filete de pescado en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	- Día 25 - Sopa de pasta Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Fruta y pan	- Día 26 - NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN GLUTEN MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Filete de ternera en salsa con patatas cuadro Yogur	Macarrones con tomate pasta sin gluten Filete de lenguado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche	Patatas guisadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta	Sopa de fideos pasta sin gluten Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Yogur	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta, leche
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de fideos pasta sin gluten Filete de ternera plancha con patatas Yogur	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta	Lentejas estofadas con verduras Pescado al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta, leche	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Yogur	Macarrones con salsa pasta sin gluten Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta, leche
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz blanco con tomate Tortilla española con ensalada de lechuga Yogur	Sopa de cocido pasta sin gluten Cocido madrileño completo sin embutidos Fruta	Macarrones con tomate pasta sin gluten Filete de pollo en salsa con patatas Yogur	Judías blancas estofadas con verduras Merluza en salsa con lechuga y zanahoria Fruta, leche	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate pasta sin gluten Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta	Lentejas estofadas con verduras Pescado en salsa con lechuga y maíz Fruta	Sopa de fideos pasta sin gluten Filete de ternera en salsa con jardinera de verduras Yogur	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA MERCED
MENÚ SIN LACTOSA NI PROTEINA LÁCTEA MARZO 2010**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -	- Día 5 -
Crema de calabaza Hamburguesa de ternera al horno con patatas cuadro Fruta y pan	Espaguetis con salsa de tomate y atún Filete de lenguado en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan	Patatas guisadas Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan	Sopa de lluvia Muslitos de pollo en salsa de limón con patatas Fruta y pan	Judías Blancas estofadas con verduras Filete de panga en salsa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan
- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -	- Día 12 -
Sopa de letras Filete de ternera a la plancha con patatas Fruta y pan	Arroz blanco con salsa de tomate Ragout de pavo con jardinera de verduras y patatas Fruta y pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pescado en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	Judías verdes rehogadas con zanahoria baby Filete de ternera con patatas Fruta y pan	Macarrones con salsa de tomate y atún Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan
- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -	- Día 19 -
Arroz blanco con tomate Tortilla española y ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	Sopa de cocido Cocido madrileño completo sin embutidos Fruta y pan	Coditos con salsa de tomate y carne picada Filete de pollo en salsa con patatas Fruta y pan	Judías blancas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	FESTIVO
- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -	- Día 26 -
NO LECTIVO	Macarrones con tomate Tortilla española y ensalada de lechuga Fruta y pan	Lentejas estofadas con verduras Filete de pescado en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	Sopa de pasta Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras Fruta y pan	NO LECTIVO

DIARIAMENTE SE OFRECERÁ UNA OPCIÓN DE VERDURAS

Este menú ha sido valorado por nuestro departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2600008288M/ ISO 9001:2000 N° EC-2930/07)