

# MENÚ ESCOLAR MARZO 2019

Revisado por el nutricionista  
**Aritz Mokoroa** ([www. checkmenu.es](http://www.checkmenu.es))

Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Puente Carnavales		ESPAGUETTIS	PAELLA	SOPA DE LETRAS
		LOMO PLANCHA	MERLUZA	TORTILLA FRANCESA
		ENSALADA MIXTA	TOMATE Y BROTES	QUESO Y TOMATE
		GELATINA	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
RANCHO CANARIO	SOPA	PURE DE ZANAHORIA	ARROZ AMARILLO	ESPAGUETTI
CROQUETAS/EMPANADILLAS	CARNE CON PAPAS ZANAHORIAS Y GUISANTES	HUEVO FRITO Y PAPAS	MUSLOS DE POLLO	PESCADO ASADO
LECHUGA Y TOMATE		JAMON YORK	ENSALADA	ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA / YOGUR

Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
JUDIAS ESTOFADAS	SOPA DE LETRAS	PURE DE CALABACIN	ARROZ BLANCO	POTAJE DE VERDURAS
LOMO A LA PLANCHA	PIZZA	ALBÓNDIGAS	SALCHICHAS Y HUEVO	PESCADO PLANCHA
PEPINO Y ZANAHORIA	ENSALADA	PAPAS FRITAS	TOMATE	PAPAS ARRUGADAS
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA / PETIT SUISSE

Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
PURE DE CALABACIN	PAELLA	SOPA DE LETRAS	ESPIRALES	CREMA DE ZANAHORIA
CARNE CON PAPAS	ENSALADA	TORTILLA DE PAPAS	LOMO A LA PLANCHA	CHURROS DE PESCADO
GUISANTES Y ZANAHORIAS		ENSALADA	ENSALADA	PAPAS GUIADAS
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA	FRUTA DEL TIEMPO	GELATINA / FRUTA