

MES: Marzo 2025		CEIP Pirineos-Pyrénées											
Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo						
3	Salteado de acelgas con patatas Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	4	Arroz tres delicias Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	5	Crema de zanahoria con manzana Pollo asado al romero con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	6	Pasta integral a la napolitana Frittata de zanahoria y champiñones con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	7	Lentejas estofadas con verduras Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	8	1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	9	1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos
VE:3.072/735 GT:14 GS:2 HC:80 AZ:27 PROT:31 SAL:3		VE:3.244/776 GT:15 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:26 SAL:2		VE:3.319/794 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:33 PROT:22 SAL:1		VE:3.290/787 GT:26 GS:8 HC:86 AZ:13 PROT:32 SAL:2		VE:3.311/792 GT:14 GS:3 HC:109 AZ:26 PROT:39 SAL:1					
10	Arroz hortelano con legumbres con verduras Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	11	Macarrones gratinados Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	12	Sopa minestrone Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Fruta	13	Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Abadejo con pisto Yogur y pan integral (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	14	Garbanzos estofados Lomos de jurel en salsa de tomate y albahaca con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	15	1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	16	1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos
VE:3.076/736 GT:18 GS:3 HC:108 AZ:25 PROT:26 SAL:1		VE:3.331/797 GT:44 GS:6 HC:135 AZ:29 PROT:39 SAL:1		VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:117 AZ:28 PROT:41 SAL:1		VE:3.269/782 GT:14 GS:4 HC:61 AZ:16 PROT:36 SAL:1		VE:3.173/759 GT:25 GS:6 HC:99 AZ:40 PROT:36 SAL:2					
17	Guiso de lentejas con canela y limón Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	18	Fideuá con verduras Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	19	Alubias estofadas con verduras Revuelto de jamón y champiñón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	20	Arroz (integral) con pollo al curry Albóndigas de merluza y pota en salsa con salteado de verduras Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	21	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	22	1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	23	1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta
VE:3.031/725 GT:28 GS:4 HC:87 AZ:27 PROT:30 SAL:2		VE:3.168/758 GT:17 GS:3 HC:91 AZ:26 PROT:36 SAL:2		VE:3.089/739 GT:10 GS:1 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1		VE:3.072/735 GT:32 GS:7 HC:84 AZ:14 PROT:29 SAL:1		VE:3.315/793 GT:16 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:41 SAL:1					
24	Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos	25	Pasta integral a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	26	Garbanzos estofados con verduras Pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	27	Arroz tres delicias Wok de pavo con verduritas Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	28	Lentejas estofadas con verduras Filete de caballa con pisto Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	29	1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	30	1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos
VE:3.306/791 GT:35 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:23 SAL:1		VE:3.269/782 GT:37 GS:4 HC:132 AZ:35 PROT:54 SAL:1		VE:3.060/732 GT:22 GS:4 HC:96 AZ:34 PROT:23 SAL:1		VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1		VE:3.281/785 GT:5 GS:1 HC:115 AZ:31 PROT:36 SAL:1					
31	Arroz hortelano con legumbres con verduras Huevos con mayonesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta												
VE:3.194/764 GT:44 GS:7 HC:109 AZ:27 PROT:28 SAL:1													

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