



MENÚ ESCOLAR MARZO

CP MALIAYO

CURSO 2022-23



LUNES



6
MACARRONES CON
TOMATE
LOMO CON ENSALADA
PAN
FRUTA

13
LENTEJAS CON
VERDURAS
TORTILLA DE JAMÓN
PAN
FRUTA



20
SPAGUETIS CON
TOMATE
TORTILLA DE
CALABACIN
PAN
FRUTA

27
ARROZ BLANCO CON
ENSALADA Y HUEVO
PAN
FRUTA



MARTES

7
FABADA CON ENSALADA
MIXTA
PAN
FRUTA



14
SOPA DE VERDURAS
PAVO EN SALSA
PAN
FRUTA

21
LENTEJAS ESTOFADAS
PECHUGA DE POLLO A
LA PLANCHA CON
ENSALADA
PN
FRUTA

28
MENESTRA DE
VERDURAS
ALBÓNDIGAS
PAN
FRUTA



MIÉRCOLES

1
PATATAS GUIADAS
TORTILLA DE BONITO
PAN
FRUTA

8
FRÉJOLES CON JAMÓN
POLLO GUIADO
PAN
FRUTA

15
MOROS Y CRISTIANOS
CON ENSALADA
PAN
FRUTA

22
CREMA CAMPESINA
PESCADO FRESCO
PAN
FRUTA

29
FIDEUA DE VERDURAS
PESCADO FRESCO CON
ENSALADA
PAN
FRUTA



JUEVES

2
FIDEUA DE VERDURAS
PECHUGA DE POLLO CON
ENSALADA
PAN
FRUTA

9
SOPA DE COCIDO
GARBANZOS CON
ENSALADA
PAN
FRUTA

16
GARBANZOS ESTOFADOS
FRITOS DE BACALAO
PAN
FRUTA

23
PAELLA VALENCIANA
CON ENSALADA
PAN
FRUTA



30
FABADA ASTURIANA
CON ENSALADA
PAN
FRUTA

VIERNES



3
MENESTRA DE
VERDURAS
TERNERA GUIADA
PAN
YOGUR

10
PURÉ DE CALABAZA
PESCADO FRESCO
PAN
YOGUR

17
MARMITAKO
TACOS DE PAVO AL
AJILLO CON ENSALADA
PAN
YOGUR

24
FABES PINTES
CARRILLERAS CON
ENSALADA
PAN
YOGUR

31
CREMA DE
CHAMPIÑONES
COSTILLAS AL HORNO
PAN
YOGUR



PARA COCINAR SE UTILIZA ACEITE DE OLIVA VIRGEN Y SAL YODADA

CUANDO PONEMOS PESCADO FRESCO SIN ESPECIFICAR EL PRODUCTO, ES PORQUE DEPENDEMOS DE LO QUE HAYA EN EL MERCADO, LO MISMO OCURRE CON LA FRUTA, NO SE ESPECIFICA LA DE CADA DÍA, PORQUE EN FUNCIÓN DE LO QUE EL DISTRIBUIDOR TRAIGA PUEDE HABER MODIFICACIONES

DOS DÍAS AL MES INTRODUCIMOS LA RECOMENDACIÓN DE PONER UN PLATO ÚNICO DE LEGUMBRES CON ENSALADA DE SEGUNDO PLATO