



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Menú General (Educación Primaria y Secundaria)

Mayo 2019

SEMANA 1 LUNES MARTES MIERCOLES 1 JUEVES 2 VIERNES 3

Primer Plato							
Segundo Plato			FESTIVO		FESTIVO		DIA NO LECTIVO
Guarnición							
Postre							
Cena Sugerida:							


SEMANA 2 LUNES 6 MARTES 7 MIERCOLES 8 JUEVES 9 VIERNES 10

Primer Plato	Lentejas Lionesas	Información nutricional:	Puré de Calabacín y Quesito	Información nutricional:	Paella Mixta	Información nutricional:	Espaguetis Amatriciana	Información nutricional:	Sopa Casera de Fideos	Información nutricional:
Segundo Plato	Huevos a la Villaroy	760 kcal. 24,0% prot.	Abadejo Rebozado	662 kcal. 12,4% prot.	Lacón a la Gallega	709 kcal. 19,4% prot.	Pollo Estofado	803 kcal. 20,8% prot.	Cazón con Tomate	618 kcal. 29,1% prot.
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate	43,7% H.C.	Patatas Dado	36,9% H.C.	Ens de Lechuga y Maíz	57,3% H.C.	Verduras de Temporada	51,8% H.C.	Ensalada del Chef	45,8% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	32,2% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	50,7% lip.	Fruta, Pan y Agua	23,0% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	27,1% lip.	Fruta, Pan y Agua	24,9% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Pollo		Sopa y Huevo		Verdura y Pescado		Verdura y Pescado		Verdura y Ternera	

SEMANA 3 LUNES 13 MARTES 14 MIERCOLES 15 JUEVES 16 VIERNES 17

Primer Plato	Canelones al Horno	Información nutricional:	Ensalada Alemana	Información nutricional:	Garbanzos Castellanos	Información nutricional:	Arroz con Tomate	Información nutricional:	Puré Parmentier	Información nutricional:
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín	760 kcal. 17,3% prot.	Merluza a la Marinera	647 kcal. 21,6% prot.	Pollo en Pepitoria	806 kcal. 18,6% prot.	Hamburguesa a la Plancha	753 kcal. 10,0% prot.	Croquetas de Jamón	695 kcal. 18,6% prot.
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo	44,5% H.C.	Zanahorias y Guisantes	48,5% H.C.	Duo de Verduras	46,4% H.C.	Ens de Lechuga y Zanaho	58,8% H.C.	Patatas Fritas	42,7% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	37,8% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	29,6% lip.	Fruta, Pan y Agua	34,4% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	31,1% lip.	Fruta, Pan y Agua	38,3% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Pescado	

SEMANA 4 LUNES 20 MARTES 21 MIERCOLES 22 JUEVES M. CHINO 23 VIERNES 24

Primer Plato	Espirales a la Carbonara	Información nutricional:	Ensaladilla Rusa	Información nutricional:	Puré de Calabaza	Información nutricional:	Arroz Frito Cantonés	Información nutricional:	Judías Blancas Estofadas	Información nutricional:
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún	780 kcal. 14,7% prot.	Lomo a la Plancha	660 kcal. 22,1% prot.	Merluza Enharinada	604 kcal. 13,3% prot.	Pollo al Limón 	714 kcal. 23,9% prot.	Platija en su Jugo	728 kcal. 17,6% prot.
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria	38,7% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	42,4% H.C.	Patatas Panadera	43,6% H.C.	Salteado de Verduras	43,6% H.C.	Pisto	51,8% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	46,2% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	36,4% lip.	Fruta, Pan y Agua	42,9% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	32,2% lip.	Fruta, Pan y Agua	30,5% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Sopa y Pavo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo	

SEMANA 5 LUNES 27 MARTES 28 MIERCOLES 29 JUEVES 30 VIERNES 31

Primer Plato	Fideua Alicantina	Información nutricional:	Judías Verdes Rehogadas	Información nutricional:	Arroz Milanesa	Información nutricional:	Puré de Zanahoria	Información nutricional:	Lentejas a la Madrileña	Información nutricional:
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas	744 kcal. 21,8% prot.	Magro en Salsa	662 kcal. 18,1% prot.	Soldaditos de Pavía	658 kcal. 18,8% prot.	Escalope de Pollo	684 kcal. 12,7% prot.	Tortilla Española	795 kcal. 15,4% prot.
Guarnición	Jardinera	54,0% H.C.	Patatas Fritas	50,2% H.C.	Ens de Lechuga y Cebolla	59,4% H.C.	Arroz Pilaf	41,2% H.C.	Ens de Lechuga	40,7% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	23,8% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	33,3% lip.	Fruta, Pan y Agua	21,7% lip.	Yogur, Pan y Agua	46,1% lip.	Fruta, Pan y Agua	43,6% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado		Sopa y Huevo		Verdura y Lomo		Sopa y Pescado		Verdura y Ternera	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Educación Infantil

Mayo 2019

SEMANA 1 LUNES MARTES MIERCOLES 1 JUEVES 2 VIERNES 3

Primer Plato						
Segundo Plato			FESTIVO		FESTIVO	DIA NO LECTIVO
Guarnición						
Postre						
Cena Sugerida:						


SEMANA 2 LUNES 6 MARTES 7 MIERCOLES 8 JUEVES 9 VIERNES 10

Primer Plato	Lentejas Lionesas	Información nutricional:	Puré de Calabacín y Quesito	Información nutricional:	Paella Mixta	Información nutricional:	Espaguetis Amatriciana	Información nutricional:	Sopa Casera de Fideos	Información nutricional:
Segundo Plato	Huevos a la Villaroy	470 kcal. 24,1% prot.	Abadejo Rebozado	592 kcal. 12,4% prot.	Lacón a la Gallega	537 kcal. 19,1% prot.	Pollo Estofado	676 kcal. 19,5% prot.	Cazón con Tomate	422 kcal. 28,0% prot.
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate	42,2% H.C.	Patatas Dado	36,9% H.C.	Ens de Lechuga y Maíz	57,7% H.C.	Verduras de Temporada	53,7% H.C.	Ensalada del Chef	46,7% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	33,7% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	50,7% lip.	Fruta, Pan y Agua	23,0% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	26,5% lip.	Fruta, Pan y Agua	25,0% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Pollo		Sopa y Huevo		Verdura y Pescado		Verdura y Pescado		Verdura y Ternera	

SEMANA 3 LUNES 13 MARTES 14 MIERCOLES 15 JUEVES 16 VIERNES 17

Primer Plato	Canelones al Horno	Información nutricional:	Ensalada Alemana	Información nutricional:	Garbanzos Castellanos	Información nutricional:	Arroz con Tomate	Información nutricional:	Puré Parmentier	Información nutricional:
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín	554 kcal. 18,2% prot.	Merluza a la Marinera	547 kcal. 20,3% prot.	Pollo en Pepitoria	504 kcal. 18,3% prot.	Hamburguesa a la Plancha	523 kcal. 10,5% prot.	Croquetas de Jamón	471 kcal. 17,2% prot.
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo	40,3% H.C.	Zanahorias y Guisantes	51,0% H.C.	Duo de Verduras	46,9% H.C.	Ens de Lechuga y Zanaho	60,0% H.C.	Patatas Fritas	41,2% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	41,2% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	28,5% lip.	Fruta, Pan y Agua	34,2% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	28,9% lip.	Fruta, Pan y Agua	41,3% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Pescado	

SEMANA 4 LUNES 20 MARTES 21 MIERCOLES 22 JUEVES M. CHINO 23 VIERNES 24

Primer Plato	Espirales a la Carbonara	Información nutricional:	Ensaladilla Rusa	Información nutricional:	Puré de Calabaza	Información nutricional:	Arroz Frito Cantonés	Información nutricional:	Judías Blancas Estofadas	Información nutricional:
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún	648 kcal. 15,4% prot.	Lomo a la Plancha	539 kcal. 20,6% prot.	Merluza Enharinada	476 kcal. 12,9% prot.	Pollo al Limón 	482 kcal. 21,7% prot.	Platija en su Jugo	575 kcal. 17,4% prot.
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria	34,9% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	46,5% H.C.	Patatas Panadera	43,0% H.C.	Salteado de Verduras	48,1% H.C.	Pisto	52,0% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	49,3% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	33,8% lip.	Fruta, Pan y Agua	43,7% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	30,0% lip.	Fruta, Pan y Agua	30,4% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Sopa y Pavo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo	

SEMANA 5 LUNES 27 MARTES 28 MIERCOLES 29 JUEVES 30 VIERNES 31

Primer Plato	Fideua Alicantina	Información nutricional:	Judías Verdes Rehogadas	Información nutricional:	Arroz Milanesa	Información nutricional:	Puré de Zanahoria	Información nutricional:	Lentejas a la Madrileña	Información nutricional:
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas	670 kcal. 21,4% prot.	Magro en Salsa	466 kcal. 15,0% prot.	Soldaditos de Pavía	513 kcal. 17,7% prot.	Escalope de Pollo	584 kcal. 12,2% prot.	Tortilla Española	660 kcal. 14,2% prot.
Guarnición	Jardinera	54,4% H.C.	Patatas Fritas	50,7% H.C.	Ens de Lechuga y Cebolla	59,2% H.C.	Arroz Pilaf	43,2% H.C.	Ens de Lechuga	34,1% H.C.
Postre	Fruta, Pan y Agua	23,8% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	33,9% lip.	Fruta, Pan y Agua	22,8% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	44,5% lip.	Fruta, Pan y Agua	51,3% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado		Sopa y Huevo		Verdura y Lomo		Sopa y Pescado		Verdura y Ternera	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Triturados

Mayo 2019

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	1 JUEVES	2 VIERNES	3
Primer Plato						
Segundo Plato			FESTIVO	FESTIVO	DIA NO LECTIVO	
Guarnición						
Postre						
Merienda						
SEMANA 2	LUNES	6 MARTES	7 MIERCOLES	8 JUEVES	9 VIERNES	10
Primer Plato	Puré de Lentejas	Puré de Calabacín y Quesito	Puré de Menestra con Arroz	Puré de Puerros	Puré de Verduras	
Segundo Plato	Con Tenrera	Con Pescado	Con Jamón	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 3	LUNES	13 MARTES	14 MIERCOLES	15 JUEVES	16 VIERNES	17
Primer Plato	Puré de Guisantes	Puré de Patata y Zanahoria	Puré de Garbanzos	Puré de Verduras con Arroz	Puré Parmentier	
Segundo Plato	Con Pescado	Con Pescado	Con Pollo	Con Ternera	Con Jamón	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 4	LUNES	20 MARTES	21 MIERCOLES	22 JUEVES	23 VIERNES	24
Primer Plato	Puré de Espinacas	Puré de Coliflor	Puré de Calabaza	Puré de Menestra con Arroz	Puré de Judías Blancas	
Segundo Plato	Con Ternera	Con Jamón	Con Pescado	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 5	LUNES	27 MARTES	28 MIERCOLES	29 JUEVES	30 VIERNES	31
Primer Plato	Puré de Verduras	Puré de Judías Verdes	Puré de Verduras con Arroz	Puré de Zanahoria	Puré de Lentejas	
Segundo Plato	Con Ternera	Con Jamón	Con Pescado	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	

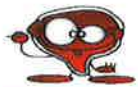


Colegio Ntra Sra de la Concepción

Purés

Mayo 2019

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	1 JUEVES	2 VIERNES	3
Primer Plato						
Segundo Plato			FESTIVO	FESTIVO	DIA NO LECTIVO	
Guarnición						
Postre						
Merienda						
SEMANA 2	LUNES	6 MARTES	7 MIERCOLES	8 JUEVES	9 VIERNES	10
Primer Plato	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	
Segundo Plato	Con Tenrera	Con Pescado	Con Jamón	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 3	LUNES	13 MARTES	14 MIERCOLES	15 JUEVES	16 VIERNES	17
Primer Plato	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	
Segundo Plato	Con Pescado	Con Pescado	Con Pollo	Con Ternera	Con Jamón	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 4	LUNES	20 MARTES	21 MIERCOLES	22 JUEVES	23 VIERNES	24
Primer Plato	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	
Segundo Plato	Con Ternera	Con Jamón	Con Pescado	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	
SEMANA 5	LUNES	27 MARTES	28 MIERCOLES	29 JUEVES	30 VIERNES	31
Primer Plato	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	Puré de Verduras	
Segundo Plato	Con Ternera	Con Jamón	Con Pescado	Con Pollo	Con Pescado	
Guarnición						
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	
Merienda	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	Papilla de Fruta	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia a la proteína de la leche o Intolerancia a la Lactosa

Abril 2019

SEMANA 1 LUNES MARTES MIERCOLES 1 JUEVES 2 VIERNES 3

Primer Plato					
Segundo Plato			FESTIVO	FESTIVO	DIA NO LECTIVO
Guarnición					
Postre					


SEMANA 2 LUNES 6 MARTES 7 MIERCOLES 8 JUEVES 9 VIERNES 10

Primer Plato	Lentejas Lionesas	Puré de Calabacín	Paella Mixta	Espaguetis Amatriciana	Sopa Casera de Fideos
Segundo Plato	Tortilla Francesa	Abadejo Rebozado	J York Extra al Horno	Pollo Estofado	Cazón con Tomate
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado	Ens de Lechuga y Maíz	Verduras de Temporada	Ensalada del Chef
Postre	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua

SEMANA 3 LUNES 13 MARTES 14 MIERCOLES 15 JUEVES 16 VIERNES 17

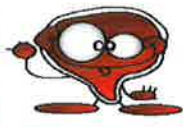
Primer Plato	Macarrones con Carne	Ensalada Alemana	Garbanzos Castellanos	Arroz con Tomate	Puré Parmentier
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín	Merluza a la Marinera	Pollo en Pepitoria	Hamburguesa Casera a la Plancha	Lomo a la Plancha
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo	Zanahorias y Guisantes	Duo de Verduras	Ens de Lechuga y Zanah	Patatas Fritas
Postre	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua

SEMANA 4 LUNES 20 MARTES 21 MIERCOLES 22 JUEVES M. CHINO 23 VIERNES 24

Primer Plato	Macarrones con Jamón	Ensaladilla Rusa	Puré de Calabaza	Arroz Frito Cantonés	Judías Blancas Estofadas
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún	Lomo a la Plancha	Merluza Enharinada	Pollo al Limón 	Platija en su Jugo
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Panadera	Salteado de Verduras	Pisto
Postre	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua

SEMANA 5 LUNES 27 MARTES 28 MIERCOLES 29 JUEVES 30 VIERNES 31

Primer Plato	Fideua Alicantina	Judías Verdes Rehogadas	Arroz Milanesa	Puré de Zanahoria	Lentejas a la Madrileña
Segundo Plato	Albóndigas Caseras Estofadas	Magro en Salsa	Soldaditos de Pavía	Escalope de Pollo	Tortilla Española
Guarnición	Jardinera	Patatas Fritas	Ens de Lechuga y Cebolla	Arroz Pilaf	Ens de Lechuga
Postre	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua	Y Soja, Pan y Agua	Fruta, Pan y Agua



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia al Huevo

Abril 2019


SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato				FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO			
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas			Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato	Lomo a la Plancha			Abadejo Rebozado sin Huevo		J York Extra al Horno		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate			Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Macarrones con Carne			Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato	Fil de Pollo a la Plancha			Merluza a la Marinera		Pollo en Salsa		Hamburguesa Casera a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo			Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Macarrones con Jamón			Ensaladilla Rusa sin Huevo		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato	Filete Ruso			Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria			Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Espaguetis con Tomate			Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato	Albóndigas Caseras Estofadas			Magro en Salsa		Soldaditos de Pavia sin Huevo		Escalope de Pollo sin Huevo		Filete Ruso	
Guarnición	Jardinera			Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Celiacos

Abril 2019

SEMANA 1		MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3				
Primer Plato											
Segundo Plato		FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO					
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas	Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos			
Segundo Plato	Tortilla Francesa	Abadejo Rebozado sin Gluten		J York Extra al Horno		Pollo Estofado		Cazón con Tomate			
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate	Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef			
Postre	Fruta, Pan y Agua	Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Macarrones con Carne	Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier			
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín	Merluza a la Marinera		Pollo en Salsa		Hamburguesa Casera a la Plancha		Lomo a la Plancha			
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo	Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas			
Postre	Fruta, Pan y Agua	Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Macarrones con jamón	Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas			
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún	Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada sin Gluten		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo			
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria	Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto			
Postre	Fruta, Pan y Agua	Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Espaguetis con Tomate	Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña			
Segundo Plato	Albóndigas Caseras Estofadas	Magro en Salsa		Soldaditos de Pavía sin Gluten		Escalope de Pollo sin Gluten		Tortilla Española			
Guarnición	Jardinera	Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga			
Postre	Fruta, Pan y Agua	Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua			



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia al Marisco

Abril 2019

SEMANA 1

			MIÉRCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3
Primer Plato								
Segundo Plato			FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO	
Guarnición								
Postre								


SEMANA 2

	LUNES	6	MARTES	7	MIÉRCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas		Puré de Calabacín y Quesito		Aroz con Pollo		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato	Tortilla Francesa		Abadejo Rebozado		Lacón a la Gallega		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 3

	LUNES	13	MARTES	14	MIÉRCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Macarrones con Carne		Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Aroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín		Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 4

	LUNES	20	MARTES	21	MIÉRCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Espirales a la Carbonara		Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Aroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún		Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 5

	LUNES	27	MARTES	28	MIÉRCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Espaguetis con Tomate		Judías Verdes Rehogadas		Aroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas		Magro en Salsa		Soldaditos de Pavía		Escalope de Pollo		Tortilla Española	
Guarnición	Jardinera		Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Aroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia al Pescado

Abril 2019


SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato				FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO			
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas			Puré de Calabacín y Quesito		Arroz con Pollo		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato	Tortilla Francesa			Lomo a la Plancha		Lacón a la Gallega		Pollo Estofado		Filete Ruso	
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate			Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Macarrones con Carne			Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín			Fil de Pollo a la Plancha		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo			Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Espirales a la Carbonara			Ensaladilla Rusa sin Atún		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato	Tortilla Francesa			Lomo a la Plancha		Filete Ruso		Pollo al Limón 		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria			Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Espaguetis con Tomate			Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas			Magro en Salsa		Lomo a la Plancha		Escalope de Pollo		Tortilla Española	
Guarnición	Jardinera			Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia a los Frutos Secos

Abril 2019


SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato											
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato		Lentejas Lionesas		Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato		Tortilla Francesa		Abadejo Rebozado		Lacón a la Gallega		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato		Macarrones con Carne		Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato		Tortilla de Calabacín		Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición		Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato		Espirales a la Carbonara		Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato		Tortilla Francesa de Atún		Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición		Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato		Fideua Alicantina		Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato		Albóndigas Estofadas		Magro en Salsa		Soldaditos de Pavía		Escalope de Pollo		Tortilla Española	
Guarnición		Jardinera		Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Alergia a las Legumbres

Abril 2019


SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato				FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO			
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato		Puré de Verduras		Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato		Tortilla Francesa		Abadejo Rebozado		J York Extra al Horno		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduritas de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato		Macarrones con Carne		Ensalada Alemana		Puré de Verduras		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato		Tortilla de Calabacín		Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición		Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato		Macarrones con Jamón		Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Puré de Verduras	
Segundo Plato		Tortilla Francesa de Atún		Lomo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición		Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato		Fideua Alicantina		Puré de Verduras		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Puré de Verduras	
Segundo Plato		Albóndigas Caseras Estofadas		Magro en Salsa		Soldaditos de Pavía		Escalope de Pollo		Tortilla Española	
Guarnición		Jardinera		Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre		Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Sin Cerdo

Abril 2019


SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato				FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO			
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas		Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos		
Segundo Plato	Huevos a la Villaroy		Abadejo Rebozado		Filete Ruso		Pollo Estofado		Cazón con Tomate		
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Dado		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef		
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Canelones al Horno		Ensalada Alemana		Garbanzos Guisados		Arroz con Tomate		Puré Parmentier		
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín		Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Fil de Pollo a la Plancha		
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas Fritas		
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Espirales con Tomate		Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas		
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún		Fil de Pollo a la Plancha		Merluza Enharinada		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo		
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto		
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Fideua Alicantina		Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña		
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas		Fil de Pollo a la Plancha		Soldaditos de Pavía		Escalope de Pollo		Tortilla Española		
Guarnición	Jardinera		Patatas Fritas		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga		
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Dieta hipocalórica

Abril 2019

SEMANA 1				MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3		
Primer Plato											
Segundo Plato				FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO			
Guarnición											
Postre											
SEMANA 2		LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas			Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato	Tortilla Francesa			Abadejo a la Plancha		Lacón a la Gallega		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate			Patata Cocida		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 3		LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Canelones al Horno			Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato	Tortilla de Calabacín			Merluza a la Marinera		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo			Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas al Vapor	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 4		LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Espirales a la Carbonara			Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato	Tortilla Francesa de Atún			Lomo a la Plancha		Merluza a la Plancha		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria			Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	
SEMANA 5		LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Fideua Alicantina			Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanesa		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas			Magro en Salsa		Bacalao a la Plancha		Fil de Pollo a la Plancha		Tortilla Española	
Guarnición	Jardinera			Patata Cocida		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre	Fruta, Pan y Agua			Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	



Colegio Ntra Sra de la Concepción

Colesterol

Abril 2019

SEMANA 1

			MIERCOLES	1	JUEVES	2	VIERNES	3
Primer Plato								
Segundo Plato			FESTIVO		FESTIVO		DÍA NO LECTIVO	
Guarnición								
Postre								


SEMANA 2

	LUNES	6	MARTES	7	MIERCOLES	8	JUEVES	9	VIERNES	10
Primer Plato	Lentejas Lionesas		Puré de Calabacín y Quesito		Paella Mixta		Espaguetis Amatriciana		Sopa Casera de Fideos	
Segundo Plato	Lomo a la Plancha		Abadejo a la Plancha		Lacón a la Gallega		Pollo Estofado		Cazón con Tomate	
Guarnición	Ens de Lechuga y Tomate		Patata Cocida		Ens de Lechuga y Maíz		Verduras de Temporada		Ensalada del Chef	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 3

	LUNES	13	MARTES	14	MIERCOLES	15	JUEVES	16	VIERNES	17
Primer Plato	Canelones al Horno		Ensalada Alemana		Garbanzos Castellanos		Arroz con Tomate		Puré Parmentier	
Segundo Plato	Fil de Pollo a la Plancha		Merluza a la Plancha		Pollo en Pepitoria		Hamburguesa a la Plancha		Lomo a la Plancha	
Guarnición	Ens Lechuga, Tomate, Cebo		Zanahorias y Guisantes		Duo de Verduras		Ens de Lechuga y Zanah		Patatas al Vapor	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 4

	LUNES	20	MARTES	21	MIERCOLES	22	JUEVES M. CHINO	23	VIERNES	24
Primer Plato	Espirales a la Carbonara		Ensaladilla Rusa		Puré de Calabaza		Arroz Frito Cantonés		Judías Blancas Estofadas	
Segundo Plato	Filete Ruso		Lomo a la Plancha		Merluza a la Plancha		Pollo al Limón 		Platija en su Jugo	
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Tomate		Patatas Panadera		Salteado de Verduras		Pisto	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	

SEMANA 5

	LUNES	27	MARTES	28	MIERCOLES	29	JUEVES	30	VIERNES	31
Primer Plato	Fideua Alicantina		Judías Verdes Rehogadas		Arroz Milanese		Puré de Zanahoria		Lentejas a la Madrileña	
Segundo Plato	Albóndigas Estofadas		Magro en Salsa		Bacalao a la Plancha		Fil de Pollo a la Plancha		Filete Ruso	
Guarnición	Jardinera		Patata Cocida		Ens de Lechuga y Cebolla		Arroz Pilaf		Ens de Lechuga	
Postre	Fruta, Pan y Agua		Yogur o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua		P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua		Fruta, Pan y Agua	