

MENÚ MARZO 2022-23 **CEIP ARZÚA**

		MÉRCORES 1	XOVES 2	VENRES 3
		-Brocoli con xamon -escalope* de polo con patacas fritas -froita-	-pure de verduras -terneira con patacas guisadas -iogurt sabores*	-lentellas * -calamares* con tomate -froita
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
-espinacas con bechamel* -estofado de pavo con patacas cocidas -froita	- -fabada * -tortilla *francesa con leituga -iogurt sabores*	pure de cabaciña -macarróns con atun* -froita	-chicharos con chourizo -fideua * -iogurt natural*	Sopa fideos * -Pescado *temporada guisado con patacas cocidas -xeadó
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
-xudias con atun* -tortilla* patacas con tomate -iogurt natural*	-sopa fideos* -calamares* con patacas cocidas -froita	-Crema de calabacín -arroz con polo -iogurt sabores*	- coliflor con ovo* -lomo de cerdo con tomate -froita	--garavanzos* -salmon ao forno * con tomate -iogurt natural *
LUNS 20	MARTES 21	MÉRCORES 22	XOVES 23	VENRES 24
tomate con sardiñas en conserva *e olivas - macarróns* con atun -iogurt natural *	-chicharos con bacon -guiso de chipiróns * -froita	-lentellas* -polo ao forno con leituga -iogurt natural*	-brocoli con ovo* -chuletas de pavo con arroz -froita	-crema de cenoria -pescado* frito patacas cocidas -iogurt natural*
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES 29	XOVES 30	VENRES 31
-pure de verduras -spaguetti *á boloñesa -froita	-ensalada mixta -fideua de pescado* -iogurt sabores*	-sopa fideos * -san xacobos *con leituga -froita	ensalada de pasta* - costela asada con patacas fritas -iogurt natural*	-fabada* -guiso pavo con arroz -xeadó*

Os menús poderan variar según existencias

A auga será sempre embotellada

*alérxenos

Dña.Cristina García Sánchez

(Diplomada en Nutrición Humana e dietética por la U.P.V)

