



COLEGIO SANTISIMA TRINIDAD - MARZO 2019

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



Media azúcar: 20,9 g
Media AGS: 7,8 g
Media sal: 1,8 g*

*Solo sal natural de los alimentos

04/03/2019

CARNAVAL

05/03/2019

CARNAVAL

06/03/2019

Canelones de atún
Filete de pescado con ensalada
Lácteo

Hid. 79 Prot. 34 Lip. 58 Kcal. 975

07/03/2019

Crema de calabaza
Pechuga a la plancha con ensalada
Fruta

Hid. 55 Prot. 62 Lip. 35 Kcal. 809

01/03/2019

Arroz a la cubana
Huevos y salchichas
Lácteo

Hid. 109 Prot. 24 Lip. 30 Kcal. 808

08/03/2019

Lentejas estofadas
Tortilla española con cortezas
Fruta

Hid. 89 Prot. 42 Lip. 26 Kcal. 892

11/03/2019

Sopa de cocido
Filete de lomo con patatas
Lácteo

Hid. 78 Prot. 58 Lip. 38 Kcal. 889

12/03/2019

Alubias pintas
Tortilla de atún
Fruta

Hid. 98 Prot. 52 Lip. 16 Kcal. 642

13/03/2019

Judías verdes rehogadas
Pollo asado con patatas
Lácteo

Hid. 68 Prot. 34 Lip. 60 Kcal. 876

14/03/2019

Macarrones con tomate
Filetes rusos con patatas
Fruta

Hid. 50 Prot. 43 Lip. 21 Kcal. 719

15/03/2019

Puré de verduras
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 70 Prot. 34 Lip. 54 Kcal. 911

18/03/2019

Arroz blanco
Huevos, salchichas con patatas
Lácteo

Hid. 74 Prot. 37 Lip. 57 Kcal. 956

19/03/2019

Patatas con carne
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 49 Prot. 34 Lip. 54 Kcal. 857

20/03/2019

Puré de legumbre
Lomo con patatas
Fruta

Hid. 54 Prot. 45 Lip. 27 Kcal. 715

21/03/2019

Espaguetis boloñesa
Filetes rusos
Lácteo

Hid. 90 Prot. 27 Lip. 30 Kcal. 958

22/03/2019

Garbanzos guisados
Tortilla de patata con ensalada
Fruta

Hid. 72 Prot. 33 Lip. 24 Kcal. 670

25/03/2019

Crema de calabacín
Escalopines y patatas fritas
Fruta

Hid. 45 Prot. 46 Lip. 31 Kcal. 763

26/03/2019

Macarrones con picadillo
Pollo guisado con patatas
Lácteo

Hid. 108 Prot. 25 Lip. 26 Kcal. 773

27/03/2019

Menestra de verduras
Albóndigas con patatas
Fruta

Hid. 85 Prot. 57 Lip. 19 Kcal. 797

28/03/2019

Lentejas estofadas
Pescado con ensalada
Fruta

Hid. 111 Prot. 34 Lip. 23 Kcal. 716

29/03/2019

Canelones de atún
Tortilla de atún y cortezas
Lácteo

Hid. 56 Prot. 42 Lip. 49 Kcal. 844