



COLEGIO CASTILLA
CURSO 2020-2021

3º y 4º ESO-BACHILLER
MENÚ MARZO 2021

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Lentejas castellanas Huevos fritos Patatas fritas Espárragos blancos Fruta Calorías : 1014	Paella de verduras Merluza a la romana Ensalada de lechuga y tomate Brócoli Fruta Calorías : 1018	Crema de verduras Pollo asado Patatas fritas Ensalada de pimientos Fruta Calorías : 1009	Espagueti napolitana Lomitos de halibut Ensaladilla rusa Tomate y cebolla Fruta o yogur Calorías : 1002	Guisantes con jamón Pollo en pepitoria Arroz basmati Ensalada mixta Fruta Calorías : 1005
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Judías verdes rehogadas Tortilla francesa con jamón Ensalada mixta York y queso Fruta Calorías : 999	Ensalada de pasta tricolor Hamburguesa de pollo Patatas gajo Verduras al wok Fruta Calorías : 1015	Lentejas jardinera Salmón al horno Crema de puerros Alcachofas con jamón Fruta Calorías : 1008	Patatas con ragut Bacalao Pisto manchego Ensalada mixta Fruta o yogur Calorías : 1010	Arroz con tomate Lacón a la gallega Patatas al pimentón Pimientos con cebolla y atún Fruta Calorías : 1005
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Brócoli, mini zanahoria, champiñón y patata Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y patata York y queso Fruta Calorías : 1005	Arroz caldoso con pollo Abadejo Champiñón con jamón Tomate y cebolla Fruta Calorías : 1012	Judías verdes con jamón Salchichas de pollo Patatas fritas Arroz basmati Fruta Calorías : 1020	Cocido Completo Fruta o yogur Calorías : 1066	FESTIVO
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Espirales gratinados Huevos fritos Patatas fritas Jamón y queso Fruta Calorías : 1010	Crema de zanahoria Merluza en salsa verde Almejas y gambas Revuelto de trigueros Fruta Calorías : 1002	Judías blancas con chorizo Cinta de lomo empanada Brócoli Huevos con bonito Fruta Calorías : 1030	Macarrones con bacon San Jacobo Ensalada Verduras salteadas Fruta o yogur Calorías : 1012	NO LECTIVO
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO	FESTIVO