



COLEGIO CASTILLA
CURSO 2021-2022

3º y 4º ESO-BACHILLERATO
MENÚ OCTUBRE 2021

				VIERNES 1 Paella mixta Merluza a la vasca con almejas y gambas Tomate y cebolla Fruta Calorías : 1009
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Lentejas castellanas Huevos fritos Patatas fritas Jamón y queso Fruta Calorías : 1011	Espirales con chorizo Lomitos halibut Ensalada mixta Setas al ajillo Fruta Calorías : 1014	Crema de zanahoria Pollo asado Patatas fritas Espárragos blancos Fruta o yogur Calorías : 1010	Patatas con ragú Bacalao a la andaluza Ensalada de lechuga y tomate Revuelto de trigueros Fruta Calorías : 1016	Guisantes con jamón Delicias de pollo Arroz basmati Ensalada mixta Fruta Calorías : 997
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
NO LECTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate Abadejo Brócoli y minizanahoria Ensalada de pimientos Fruta o yogur Calorías : 1003	Crema de verduras Filete de contramuslo empanado Ensalada de atún Patatas panadera Fruta Calorías : 995	Cocido Completo Fruta Calorías : 1066
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Lentejas jardinera Huevos fritos Patatas fritas Jamón y queso Fruta Calorías : 1003	Espagueti carbonara Merluza rebozada Ensaladilla rusa Brócoli Fruta Calorías : 1016	Crema de calabaza Magro con tomate Patatas dado Verduras al wok Fruta o yogur Calorías : 1018	Arroz con secreto y trigueros Bacalao al horno Pisto manchego Huevos con bonito Fruta Calorías : 999	Judías verdes con jamón Croquetas Ensalada mixta Bechamel de espinacas Fruta Calorías : 1052
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Macarrones boloñesa Tortilla patatas Ensalada de lechuga y tomate York y queso Fruta Calorías : 1010	Judías blancas con chorizo Pechuga de pavo Patatas fritas Ensalada mixta Fruta Calorías : 1001	Patatas con costillas Merluza a la marinera con almejas y gambas Tomate y cebolla Fruta o yogur Calorías : 1009	Crema de zanahoria Ragú de ternera Arroz basmati Alcachofas con jamón Fruta Calorías : 1021	Paella de verduras Salmón Vichyssoise Ensalada de lechuga y tomate Fruta Calorías : 997