



**COLEGIO CASTILLA**  
**CURSO 2022-2023**

**5ºy6ºEP 1ºy2º ESO**  
**MENÚ MARZO 2023**

		<b>MIÉRCOLES 1</b>	<b>JUEVES 2</b>	<b>VIERNES 3</b>
		Espirales con chorizo Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta o yogur  Calorías : 912	Guisantes con jamón Merluza rebozada Ensaladilla rusa Fruta  Calorías : 908	Cocido  Completo Fruta  Calorías : 966
<b>LUNES 6</b>	<b>MARTES 7</b>	<b>MIÉRCOLES 8</b>	<b>JUEVES 9</b>	<b>VIERNES 10</b>
Judías blancas con chorizo Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Fruta  Calorías : 908	Arroz con secreto y trigueros Lomos de lenguado Ensalada mixta Fruta  Calorías : 918	Crema de zanahoria Pollo asado Patatas fritas Fruta o yogur  Calorías : 910	Patatas con ragut Bacalao a la andaluza Ensalada con atún Fruta  Calorías : 909	Ensalada de pasta tricolor Lacón a la gallega Patatas al pimentón Fruta o flan  Calorías : 901
<b>LUNES 13</b>	<b>MARTES 14</b>	<b>MIÉRCOLES 15</b>	<b>JUEVES 16</b>	<b>VIERNES 17</b>
Lentejas jardinera Huevos fritos Patatas fritas Fruta  Calorías : 902	Patatas con costillas Halibut Ensalada mixta Fruta  Calorías : 908	Coditos carbonara con bacon Cinta de lomo empanada Brócoli Fruta o yogur  Calorías : 920	Judías verdes con jamón Calamares y boquerones Ensalada de lechuga y tomate Fruta  Calorías : 908	Cocido  Completo Fruta o helado  Calorías : 966
<b>LUNES 20</b>	<b>MARTES 21</b>	<b>MIÉRCOLES 22</b>	<b>JUEVES 23</b>	<b>VIERNES 24</b>
FESTIVO	Lentejas castellanas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Fruta  Calorías : 912	Crema de verduras Muslitos en salsa Patatas fritas Fruta o yogur  Calorías : 914	Ensalada campera Hamburguesa Castilla Patatas gajo Fruta  Calorías : 926	Judías blancas con costillas Merluza a la gallega Almejas y gambas Fruta  Calorías : 910
<b>LUNES 27</b>	<b>MARTES 28</b>	<b>MIÉRCOLES 29</b>	<b>JUEVES 30</b>	<b>VIERNES 31</b>
Macarrones bolognesa Huevos fritos Patatas fritas Fruta  Calorías : 920	Arroz caldoso con pollo Filetes de tilapia Brócoli Fruta  Calorías : 914	Crema de calabacín Salchichas a la plancha Patatas fritas Fruta o yogur  Calorías : 912	Sopa de picadillo San jacobos Ensalada con atún Fruta  Calorías : 908	