



COLEGIO CASTILLA
CURSO 2023-2024

3ºy4º ESO-BACHILLER
MENÚ MARZO 2024

<i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES 1</i>
				Arroz con tomate Boquerones y calamares Ensalada Salteado de verduras Fruta Calorías : 968
<i>LUNES 4</i>	<i>MARTES 5</i>	<i>MIÉRCOLES 6</i>	<i>JUEVES 7</i>	<i>VIERNES 8</i>
Judías blancas con chorizo Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Pavo y queso Fruta Calorías : 1022	Crema de verduras Lomo a la plancha Brócoli Verduras al wok Fruta Calorías : 1008	Patatas con ragut Abadejo Ensalada con atún Arroz basmati Fruta o yogur Calorías : 1010	Espirales con atún Contramuslo a la plancha Ensalada mixta Revuelto de ajetes Fruta Calorías : 1005	Paella de verduras Merluza a la marinera Almejas y gambas Ensalada de pimientos Fruta Calorías : 1011
<i>LUNES 11</i>	<i>MARTES 12</i>	<i>MIÉRCOLES 13</i>	<i>JUEVES 14</i>	<i>VIERNES 15</i>
Lentejas jardinera Huevos fritos Patatas fritas Jamón y queso Fruta Calorías : 1014	Arroz con pollo Lomitos de halibut Ensalada mixta Huevos con bonito Fruta Calorías : 1068	Sopa maravilla Magro con tomate Patatas dado Setas salteadas Fruta o yogur Calorías : 1011	Ensalada campera Hamburguesa de pollo y zanahoria Champiñón con jamón Brócoli y coliflor Fruta Calorías : 1014	Guisantes con jamón Ragut de pollo en salsa Arroz basmati Pimientos con atún Fruta Calorías : 1002
<i>LUNES 18</i>	<i>MARTES 19</i>	<i>MIÉRCOLES 20</i>	<i>JUEVES 21</i>	<i>VIERNES 22</i>
Brócoli, mini zanahoria, champiñón y patata Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate York y queso Fruta Calorías : 1020	Judías verdes con jamón Bacalao a la andaluza Pisto manchego Tomate con cebolla Fruta Calorías : 1011	Crema de zanahoria Muslitos de pollo en salsa Patatas fritas Ensalada con atún Fruta o yogur Calorías : 1014	Espagueti napolitana Lacon a la gallega Patatas al pimentón Ensalada mixta Fruta Calorías : 1009	NO LECTIVO
<i>LUNES 25</i>	<i>MARTES 26</i>	<i>MIÉRCOLES 27</i>	<i>JUEVES 28</i>	<i>VIERNES 29</i>
SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA