

# MENU BASAL CENTROS ESCOLARES

## DIETA HIPERCOLESTEROLEMIA



LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
01/02	01/03		02/02	02/03		03/02	03/03		04/02	04/03		08/01	05/02	05/03
CREMA DE VERDURAS CON APIO Y PUERRO  ARROZ A LA MARINERA CON ABADEJO, GUISANTES, ZANAHORIA Y PIMIENTO ROJO  FRUTA NATURAL			CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA  VUELTAS AL HORNO EN CREMA DE CHAMPIÑONES Y PAPAS AL VAPOR  FRUTA NATURAL			SOPA CAMPESINA CON TERNERA Y GARBANZOS  RAPE AL HORNO CON MOJO VERDE Y PAPAS SANCOCHADAS  LÁCTEO 0%			POTAJE DE LENTEJAS  TORTILLA FRANCESA CON PEREJIL Y ENSALADA DE COL ALIÑADA CON AOVE Y ORÉGANO  FRUTA NATURAL			PURÉ DE ESPINACAS  CODITOS CON ATÚN Y ORÉGANO  FRUTA NATURAL		
11/01	08/02	08/03	12/01	09/02	09/03	13/01	10/02	10/03	14/01	11/02	11/03	15/01	12/02	12/03
SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS  LOMO AL HORNO AL AJILLO Y PAPAS SANCOCHADAS  FRUTA NATURAL			PURÉ DE ACELGAS  ABADEJO AL HORNO EN SALSA AL CILANTRO Y ENSALADA VERDE CON AGUACATE  FRUTA NATURAL			CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINOS  HAMBURGUESAS AL HORNO ENCEBOLLADAS Y PAPAS AL VAPOR  LÁCTEO 0%			POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS  MERLUZA AL HORNO Y ENSALADA DE QUESO  FRUTA NATURAL			CREMA DE COL Y VERDURAS DE TEMPORADA  POLLO DESHUESADO AL HORNO EN SALSA AGRIDULCE Y ARROZ BLANCO  FRUTA NATURAL		
18/01	15/02	15/03	19/01	16/02	16/03	20/01	17/02	17/03	21/01	18/02	18/03	22/01	19/02	19/03
POTAJE DE LENTEJAS  TACOS DE ATÚN AL HORNO Y ENSALADA DE ESPÁRRAGOS  FRUTA NATURAL			CREMA DE VERDURAS CON BATATA AMARILLA  ARROZ AMARILLO CON POLLO, ZANAHORIAS, HABICHUELAS Y PIMIENTO ROJO  FRUTA NATURAL			SOPA CAMPESINA CON TERNERA Y GARBANZOS  RAPE AL HORNO CON MOJO ROJO Y PAPAS ARRUGADAS  LÁCTEO 0%			PURÉ DE ESPINACAS  ESPAGUETTIS CON TACOS DE PAVO Y ORÉGANO  FRUTA NATURAL			CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA  TORTILLA FRANCESA CON PEREJIL Y ENSALADA MIXTA  FRUTA NATURAL		
25/01	22/02	22/03	26/01	23/02	23/03	27/01	24/02	24/03	28/01	25/02	25/03	29/01	26/02	26/03
SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS  ALBÓNDIGAS AL HORNO EN SALSA ZANAHORIA NATURAL Y PAPAS SANCOCHADAS  FRUTA NATURAL			POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS  MERLUZA AL HORNO Y ENSALADA CON BROTES DE SOJA  FRUTA NATURAL			CREMA DE COLINOS Y VERDURAS DE TEMPORADA  ARROZ, SALCHICHAS Y TORTILLA FRANCESA  LÁCTEO 0%			CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINOS  ROPA VIEJA DE POLLO  FRUTA NATURAL			PURÉ DE ACELGAS  ESPIRALES VEGETALES CON ATÚN, ACEITUNAS NEGRAS Y ORÉGANO  FRUTA NATURAL		