



**NUESTRA SEÑORA
DEL PILAR**

Valencia

MENÚ ESCOLAR EP-ESO-BACH

Marzo 2019

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|---|---|--|---|
| | | | | 1 |
| | | | | ARROZ A LA CUBANA ENSALADA VARIADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ESPIRALES CON ATUN DELICIAS DE PECHUGA C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | LENTEJAS JARDINERA TORTILLA DE YORK C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | CREMA DE CALABACIN RIZOS DE PESCADO C/TOMATE FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | SOPA DE LLUVIA POLLO AL HORNO C/PATATAS ASADAS FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | ARROZ SEÑORET ENSALADA VALENCIANA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| TALLARINES CARBONARA CROQUETAS C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | POTAJE DE GARBANZOS TORTILLA CAMPESINA C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | GUISADO DE POLLO LOMOS DE MERLUZA C/SALSA DE CHAPIÑONES FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | SOPA DE COCIDO ALBONDIGAS C/SALSA Y PATATAS DADO FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | FALLAS |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| FALLAS | FALLAS | GUISADO DE TERNERA CALAMARES ROMANA C/MAHONESA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | SOPA DE ESTRELLITAS ALITAS DE POLLO C/PATATAS ASADAS FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | ARROZ A BANDA ENSALADA COMPLETA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| MACARRONES BOLOÑESA LONCHEADO DE YORK Y QUESO C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | POTAJE DE ALUBIAS TORTILLA DE ATUN C/ENSALADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | CREMA DE ZANAHORIAS EMPERADOR C/SALSA VERDE Y GUISANTE FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | SOPA DE LETRAS HAMBURGUESA C/PATATAS FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) | FIDEUA ENSALADA VARIADA FRUTA Y (LATEO OPCIONAL) |

La energía que aportan los menús se ajusta a las recomendaciones para la ingesta de la comida del mediodía (Guía de los Menús en los Comedores Escolares, Generalitat, Conselleria de Sanitat), según el grupo de edad: de 3 a 8 años (575-610 Kcal), de 9 a 13 años (725-798 Kcal), de 14 a 18 años (829-1103 Kcal).