

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

5 Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

6 **Lentejas Estofadas con Verduras.**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

7 Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

1 **Macarrones con Tomate**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

8 Guisantes Rehogados  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

11 Crema de Verduras ECO  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

12 Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

13 **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

14 **Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

15 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

18 Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

19 Paella de Verduras  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

20 Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

21 Judías Blancas con Choco  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22 Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

25



FESTIVO

26



FESTIVO

27



FESTIVO

28



FESTIVO

29



FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO.  
Espirales con Tomate.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Medallón de Salmón y Calabaza  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

**6** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas.  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones con Tomate  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
Merluza al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO.  
Merluza al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

**13** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla.  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras.  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Tortilla Francesa.  
Guisantes Rehogados.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

**19** Paella de Verduras.  
Limanda al Horno  
Patatas Panadera.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras.  
Tortilla Francesa con Atún.  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**21** Judías Blancas con Choco.  
Arroz Pilaf  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
Merluza a la Bilbaína  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**25**  
  
FESTIVO

**26**  
  
FESTIVO

**27**  
  
FESTIVO

**28**  
  
FESTIVO

**29**  
  
FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Salchichas de Pavo al Horno**  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Lentejas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Macarrones a la Mallorquina  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
Cinta de Lomo Adobado al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
**Filete de Pollo al Horno**  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz Tres Delicias  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**14** Sopa de Cocido  
Cocido Completo con Verduras  
  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Lacón a la Gallega  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
**Tortilla Francesa**  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** **Judías Blancas Estofadas con Verduras**  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
**Cinta de Lomo Adobado al Horno**  
**Pimientos Asados**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**

FESTIVO

**26**

FESTIVO

**27**

FESTIVO

**28**

FESTIVO

**29**

FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Espirales a la Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
**Limanda al Horno**  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** **Lentejas Estofadas con Verduras.**  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** **Macarrones con Tomate**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**11** Crema de Verduras ECO  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Macarrones con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** **Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín**  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** **Sopa de Fideos**  
**Cocido Sin Cerdo**  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
**Filete de Pollo al Horno**  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Lentejas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Integral y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** **Judías Blancas Estofadas con Verduras**  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Coditos al Gratén  
**Limanda al Horno**  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
**FESTIVO**

**26**  
  
**FESTIVO**

**27**  
  
**FESTIVO**

**28**  
  
**FESTIVO**

**29**  
  
**FESTIVO**

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

# Menú Toledo in situ Marzo 2024

Sin Cerdo, Marisco, Pescado sin Escamas ni Gluten - - Colegio Antonio

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**4** Crema de Calabacín ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**5** Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**6** Crema de Verduras ECO  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**7** Guiso de Verduras ECO con Patatas  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga, Zanahoria y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**1** Pasta Sin Gluten con Tomate  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**8** Guisantes Rehogados  
Tortilla Francesa con Queso  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**11** Crema de Verduras ECO  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

**12** Pasta Sin Gluten con Tomate  
Limanda en Salsa  
Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**13** Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**14** Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Sin Cerdo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**15** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Fruta

**18** Brócoli Salteado  
Albóndigas de Ternera en Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**19** Paella de Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**20** Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada Tricolor  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

**21** Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22** Pasta Sin Gluten al Gratén  
Limanda al Horno  
Pimiento Asado en Guiso  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Postre Especial  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**25**  
  
FESTIVO

**26**  
  
FESTIVO

**27**  
  
FESTIVO

**28**  
  
FESTIVO

**29**  
  
FESTIVO

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.