

**MENÚ GENERAL
ABRIL 2025**

COLEGIOS CASTILLA-LA MANCHA

Semana 1-4	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		CODITOS A LA ITALIANA	SOPA DE COCIDO	ARROZ CINCO DELICIAS	LENTEJAS CASTELLANAS
SEGUNDOS		PESCADO BLANCO AL LIMON	COCIDO COMPLETO	CHULETA DE SAJONIA	PESCADO AZUL CON TOMATE
GUARNICIÓN		ENSALADA		ENSALADA	PATATA ASADA
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	YOGUR Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN
V.N.		708,0 29,0 12,8 105,3	632,0 19,2 31,2 87,1	677,0 24,8 35,4 81,3	656,1 16,5 38,2 89,7
Propuesta Cenas		Verdura + Ave + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Fruta

Semana 7-11	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	ARROZ CON TOMATE	FABADA	CREMA DE CALABAZA	TALLARINES BOLOÑESA	GUISANTES A LA FRANCESA
SEGUNDOS	CROQUETAS DE BACALAO	TORTILLA DE ESPINACAS	TERNERA A LA JARDINERA	PESCADO AZUL CON SALSA DE AJO Y PEREJIL	MUSLOS DE POLLO AL AJILLO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	PATATAS DADO	CHAMPIÑÓN AL AJILLO	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGUR NATURAL Y PAN
V.N.	674,0 20,0 32,8 87,6	753,0 38,6 37,3 66,0	709,0 19,08 35,0 95,05	774,0 21,0 34,6 102,3	635,9 26,7 43,8 55,4
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta

Semana 14-18	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS					
SEGUNDOS					
GUARNICIÓN					
POSTRE					
VACACIONES SEMANA SANTA					

Semana 22-25	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		GARBANZOS CON ARROZ	COLIFLOR AL GRATEN	SOPA DE FIDEOS Y VERDURAS	LENTEJAS CASTELLANA
SEGUNDOS		COSTILLAS ASADAS	PESCADO AZUL ADOBADO	SALCHICHAS DE PAVO	PESCADO BLANCO MENIER
GUARNICIÓN		TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ARROZ PILAF	ENSALADA
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	YOGUR NATURAL Y PAN
V.N.		882,0 41,0 38,1 91,7	623,0 20,4 39,7 67,9	662,0 24,1 22,7 90,8	625,4 22,4 42,4 75,8
Propuesta Cenas		Pasta + Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo

Semana 29-30	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO	PAELLA DE VERDURAS		
SEGUNDOS	FESTIVO LOCAL	PESCADO BLANCO EN PAPILOTE	ESCALOPE DE POLLO		
GUARNICIÓN		VERDURAS ASADAS	ENSALADA		
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA Y PAN	FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL		
V.N.		719,0 29,8 38,5 75,7	714,0 27,3 32,8 87,4		
Propuesta Cenas		Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta		

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO