**MARZO 2018** **COLEGIO LA PURÍSIMA**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | ***01***<br>*SALTEADO DE VERDURAS*<br>*CONTRAMUSLO DE POLLO EN PEPITORIA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*LIP: 20,506*<br>*LIP : 26,25* | ***02***<br>*TALLARINES CON TOMATE*<br>*FILETE DE BACALAO AL HORNO CON LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*HC(gr): 70,47*<br>*HC(gr): 90,20* |
| ***05***<br>*FESTIVO* | ***06***<br>*ARROZ CON TOMATE*<br>*POLLO ASADO CON LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***07***<br>*PATATAS CON CHORIZO*<br>*FILETE DE MERLUZA EN SALSA*<br>*YOGURT Y PAN* | ***08***<br>*JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS*<br>*SALCHICHAS CON TOMATE*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*LIP: 20,068*<br>*LIP : 25,69* | ***09***<br>*SOPA DE PESCADO CON PASTA*<br>*TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*HC(gr): 75,564*<br>*HC(gr): 96,72* |
| ***12***<br>*JUDÍAS VERDES SALTEADAS*<br>*HAMBURGUESA EN SALSA CON GUISANTES Y ZANAHORIA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***13***<br>*POTAJE DE GARBANZOS*<br>*LOMO CON CHAMPIÑÓN Y LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***14***<br>*SOPA DE PUCHERO CON ARROZ*<br>*FILETE DE BACALAO EMPANADO CON LECHUGA*<br>*YOGURT Y PAN* | ***15***<br>*CREMA DE VERDURAS*<br>*CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*LIP: 23,272*<br>*LIP : 29,79* | ***16***<br>*ESPAGUETTIS NAPOLITANA*<br>*TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*HC(gr): 75,64*<br>*HC(gr): 96,82* |
| ***19***<br>*ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS*<br>*LOMO ASADO A LA CAZADORA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***20***<br>*TALLARINES CON CHORIZO*<br>*SALCHICHAS FRESCAS AL AJILLO CON LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***21***<br>*CREMA DE CALABACÍN*<br>*FILETE DE POLLO EMPANADO CON LECHUGA*<br>*YOGURT Y PAN* | ***22***<br>*PAELLA DE CARNE*<br>*TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*LIP: 18,894*<br>*LIP : 24,18* | ***23***<br>*LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS*<br>*MERLUZA EN SALSA DE TOMATE FRITO*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN*<br>*HC(gr): 77,614*<br>*HC(gr): 99,35* |
| ***26***<br>*ESPAGUETTIS CON ATÚN*<br>*LOMO CON SALSA ESPAÑOLA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***27***<br>*ARROZ CON TOMATE*<br>*TORTILLA FRANCESA CON YORK Y LECHUGA*<br>*FRUTA FRESCA Y PAN* | ***28***<br>*LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS*<br>*SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN*<br>*YOGURT Y PAN* | ***29***<br>*FESTIVO* | ***30***<br>*FESTIVO* |

*Promedio semanal 3 a 8 años:* *Kcal: 581,11* *Prot: 28,48*
*Promedio semanal 9 a 13 años:* *Kcal: 743,82* *Prot: 36,45*

*Promedio semanal 3 a 8 años:* *Kcal: 577,5* *Prot: 27,158*
*Promedio semanal 9 a 13 años:* *Kcal: 739,20* *Prot: 34,76*

*Promedio semanal 3 a 8 años:* *Kcal: 602,82* *Prot: 26,048*
*Promedio semanal 9 a 13 años:* *Kcal: 771,61* *Prot: 33,34*

*Promedio semanal 3 a 8 años:* *Kcal: 580,69* *Prot: 25,086*
*Promedio semanal 9 a 13 años:* *Kcal: 743,28* *Prot: 32,11*

*Promedio semanal 3 a 8 años:* *Kcal: 603,51* *Prot: 30.3*
*Promedio semanal 9 a 13 años:* *Kcal: 772,49* *Prot: 38.78*