



Colegio Greenfield

Menú basal - febrero

Prim. ESO Y Bach - Greenfield

02 Kcal: 611 HC: 34 PR: 28 GR: 31 COLIFLOR REBOZADA CREMA DE ZANAHORIAS RAGUT DE PAVO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	03 Kcal: 710 HC: 45 PR: 39 GR: 29 JUDÍAS PINTAS CON ARROZ EMPERADOR A LA PLANCH VARITAS DE MERLUZA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	04 Kcal: 585 HC: 33 PR: 23 GR: 41 PISTO MANCHEGO PATATAS GUIADAS CON CARNE REVUELTO DE JAMÓN ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO	05 Kcal: 626 HC: 31 PR: 33 GR: 23 PAELLA DE VERDURAS POLLO ASADO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	06 Kcal: 635 HC: 61 PR: 31 GR: 29 SOPA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO
09 Kcal: 639 HC: 20 PR: 25 GR: 38 JUDIAS VERDES CON JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCH PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO	10 Kcal: 656 HC: 64 PR: 19 GR: 25 CREMA DE CALABAZA LASAÑA DE CARNE DE TERNERA FRUTA DEL TIEMPO	11 Kcal: 695 HC: 91 PR: 30 GR: 13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	12 Kcal: 727 HC: 72 PR: 25 GR: 29 FIDEUA DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	13 Kcal: 508 HC: 44 PR: 21 GR: 27 ROLLITOS PRIMAVERA ARROZ BLANCO CON TOMATE SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
16 Kcal: 707 HC: 22 PR: 29 GR: 42 ESPINACAS A LA CREMA PURÉ DE VERDURAS FRESCAS ESCALOPE MILANESA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	17 Kcal: 689 HC: 80 PR: 11 GR: 32 ARROZ A BANDA FAJITAS DE POLLO Y VERDURAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	18 Kcal: 838 HC: 84 PR: 30 GR: 32 TALLARINES CON TOMATE SALMÓN AL HORNO FILETE DE LENGUADO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	19 Kcal: 490 HC: 22 PR: 22 GR: 17 CREMA DE ZANAHORIAS CON PICATOSTES FILETES RUSOS DE TERNERA A LA PLANCH TOMATE ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	20 Kcal: 950 HC: 70 PR: 38 GR: 44 LENTEJAS CON VERURAS Y QUINOA TORTILLA DE PATATAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
23 Kcal: 685 HC: 49 PR: 18 GR: 32 ARROZ BLANCO CON TOMATE HUEVO FRITO FILETE DE LENGUADO AL HORNO FILETE DE LENGUADO ROMANA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	24 Kcal: 695 HC: 91 PR: 30 GR: 13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO	25 Kcal: 684 HC: 20 PR: 34 GR: 48 PURÉ DE VERDURAS FRESCAS SOLOMILLOS DE IBERICO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA	26 Kcal: 845 HC: 95 PR: 23 GR: 31 CODITOS CARBONARA CODITOS CON TOMATE NUGGETS DE POLLO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	27 Kcal: 621 HC: 59 PR: 18 GR: 23 JUDÍAS PINTAS CON ARROZ LASAÑA DE VERDURAS FRESCAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO

- Gluten
 - Altramuz
 - Dioxidode de azufre y sulfitos
 - Molusco
 - Cacahuete
 - Apio
 - Huevos
 - Pescado
 - Lacteo
 - Mostaza
 - Crustaceo
 - Sesamo
 - Frutos secos

- Soja
Kcal: Kilocalorías **PR:** Proteínas **HC:** Hidratos **GR:** Grasas

I5 - Alergias e intolerancias I3 - Celíacos I4 - Celíacos Infantil I2 - Infantil I1 - Prim, ESO y Bach

Colegio Greenfield - B56785157 - 910771188 | lola.garcia@colegiogreenfield.es - Ctra. de Carabanchel a Villaverde, 82 - 28021 Madrid, Madrid