

# DIETA BASAL

SAINT ANDREW SCHOOL

Del 4 de Marzo al 5 de Mayo de 2019



LUNES
04-MAR. -01-ABR. -29-ABR.
SOPA MARINERA
ALBÓNDIGAS EN SALSA
MENESTRA TRICOLOR
PAN

MARTES
05-MAR. -02-ABR. -30-ABR.
POTAJE DE HORTALIZAS
NUGGETS DE AVE
ENSALADILLA RUSA
PAN

MIÉRCOLES
06-MAR. -03-ABR. -01-MAY.
POTAJE DE GARBANZOS Y ESPINACAS
PAELLA DE CAMPO
PAN

JUEVES
07-MAR. -04-ABR. -02-MAY.
PURÉ DE ZANAHORIAS
PESCADO AL VAPOR CON MOJO ROJO
PAPAS LIONESAS
PAN

VIERNES
08-MAR. -05-ABR. -03-MAY.
CREMA DE BERROS
ESPAGUETTIS CON RAGUT DE TERNERA
QUESO RALLADO
PAN INTEGRAL

LUNES
11-MAR. -08-ABR.
SOPA DE PUCHERO
JAMONCITOS DE POLLO EN SALMOREJO
PAPAS ARRUGADAS
PAN

MARTES
12-MAR. -09-ABR.
POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA ESPAÑOLA
JAMÓN
PAN

MIÉRCOLES
13-MAR. -10-ABR.
PURÉ DE ESPINACAS Y ACELGAS
VARITAS DE MERLUZA
ENSALADA VERDE
PAN

JUEVES
14-MAR. -11-ABR.
CREMA DE CALABAZA
SALTEADO DE CERDO AGRIDULCE
ARROZ 3 DELICIAS
PAN

VIERNES
15-MAR. -12-ABR.
POTAJE DE PRIMAVERA
PIZZA CAPRICIOSA
PAN INTEGRAL

LUNES
18-MAR. -15-ABR.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
TERNERA ESTOFADA
PANACHÉ DE VERDURAS
PAN

MARTES
19-MAR. -16-ABR.
CREMA DE CALABACÍN
MACARRONES A LA CAZUELA
QUESO RALLADO
PAN

MIÉRCOLES
20-MAR. -17-ABR.
POTAJE CANARIO
CROQUETAS DE QUESO Y PAVO
ENSALADA GRIEGA
PAN

JUEVES
21-MAR. -18-ABR.
SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS
LENTEJAS COMPUESTAS
ARROZ BLANCO
PAN

VIERNES
22-MAR. -19-ABR.
PURE DE VERDURAS
ATÚN EN ADOBO
PAPAS GUIADAS
PAN INTEGRAL

LUNES
25-MAR. -22-ABR.
POTAJE DE VERDURAS Y LEGUMBRES
LOMO AL HORNO
PISTO DE VERDURAS
PAN

MARTES
26-MAR. -23-ABR.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
PASTEL DE PUERROS Y BACON
ENSALADA DIVERTIDA
PAN

MIÉRCOLES
27-MAR. -24-ABR.
CREMA DE PUERROS
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS DE PRIMAVERA
PAN

JUEVES
28-MAR. -25-ABR.
RANCHO CANARIO
PESCADO EN SALSA
PAPAS MAJORERAS
PAN

VIERNES
29-MAR. -26-ABR.
POTAJE DE ACELGAS Y BUBANGOS
PIZZA TROPICAL
PAN INTEGRAL