



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>1</div> <div>  FESTIVO </div>	<div>2</div> <div> Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta </div>	<div>3</div> <div> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo </div>	<div>4</div> <div> Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta </div>	<div>5</div> <div> Lentejas Estofadas con Verduras. Croquetas de Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta </div>
<div>8</div> <div> Judías Pintas Estofadas. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta </div>	<div>9</div> <div> Coditos al Gratén Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta </div>	<div>10</div> <div> Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo </div>	<div>11</div> <div> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta </div>	<div>12</div> <div> Coliflor a la Italiana Bacalao con Tomate. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta </div>
<div>15</div> <div> Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta </div>	<div>16</div> <div> Menestra de Verduras Rehogada. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta </div>	<div>17</div> <div> Judías Blancas Estofadas con Verduras. Empanadillas de Atún Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo </div>	<div>18</div> <div> Macarrones Napolitana Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta </div>	<div>19</div> <div> Rissoto de Tomate y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Carne + Fruta </div>
<div>22</div> <div> Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta </div>	<div>23</div> <div> Espirales con Tomate. Nuggets de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta </div>	<div>24</div> <div> Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo </div>	<div>25</div> <div> Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta </div>	<div>26</div> <div> Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta </div>
<div>29</div> <div> Paella de Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo </div>	<div>30</div> <div> Judías Verdes Rehogadas Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta </div>	<div>31</div> <div>  FESTIVO </div>	<div>1</div>	<div>2</div>


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 Castilla la Mancha Mixta Mayo 2023

Sin Leche ni derivados ni Alubias - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div>1</div> <div> FESTIVO</div>	<div>2</div> <div>Arroz Campesina. Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</div>	<div>3</div> <div>Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo</div>	<div>4</div> <div>Macarrones con Tomate Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>	<div>5</div> <div>Lentejas Estofadas con Verduras. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Huevo + Fruta</div>
<div>8</div> <div>Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</div>	<div>9</div> <div>Coditos con Tomate Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta</div>	<div>10</div> <div>Arroz con Tomate. Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div>	<div>11</div> <div>Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>	<div>12</div> <div>Crema de Verduras ECO Gallo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Ave + Fruta</div>
<div>15</div> <div>Lentejas Con Arroz. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</div>	<div>16</div> <div>Menestra de Verduras Rehogada. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta</div>	<div>17</div> <div>Estofado de Patatas con Verduras. Jurel al Horno. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo</div>	<div>18</div> <div>Macarrones Napolitana Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>	<div>19</div> <div>Arroz con Verduras: Pimiento, Zanahoria y Calabacín Gallo a la Riojana. Pimiento Asado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>
<div>22</div> <div>Crema de Zanahoria ECO. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta</div>	<div>23</div> <div>Espirales Amatriciana Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta</div>	<div>24</div> <div>Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo</div>	<div>25</div> <div>Arroz con Tomate. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta</div>	<div>26</div> <div>Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>
<div>29</div> <div>Paella de Verduras. Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo</div>	<div>30</div> <div>Judías Verdes Rehogadas Tallarines a la Boloñesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div>	<div>31</div> <div> FESTIVO</div>	<div>1</div>	<div>2</div>



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 Castilla la Mancha Mixta Mayo 2023

Sin Lactosa ni Salsa de Tomate - - Colegio Tres Torres (Ugena)

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	 FESTIVO	2	Arroz Campesina Sin Tomate Gallo al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	3	Judías Blancas con Chorizo. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	4	Pasta Salteada Merluza al Horno Zanahoria Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	5	Lentejas Estofadas Sin Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Arroz + Huevo + Fruta
8	Judías Pintas Estofadas. Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	9	Pasta Salteada Salchichas Frescas al Vino Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10	Arroz Rehogado Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11	Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12	Crema de Calabacín ECO. Gallo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Patata + Ave + Fruta
15	Lentejas Con Arroz sin Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	16	Menestra de Verduras Rehogada. Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	17	Judías Blancas Estofadas con Verduras. Jurel al Horno. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	18	Pasta Salteada Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	19	Arroz con Verduras: Pimiento, Zanahoria y Calabacín Gallo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Carne + Fruta
22	Judías Pintas Estofadas. Jurel en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	23	Pasta Rehogada con Bacon Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	24	Crema de Calabacín ECO. Rotti de Pavo al Horno. Dados de Calabaza ECO. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	25	Arroz Rehogado Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26	Sopa de Cocido. Cocido Completo. Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Cena: Verdura + Pescado + Fruta
29	Paella de Verduras Sin Tomate Gallo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	30	Judías Verdes Rehogadas Pasta Rehogada con Carne de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	31	 FESTIVO	1		2	

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.