



Menú Infantil Marzo 2010



OLMATA,

Servicios a comedores de empresas, colegios y colectividades.

Centro
Educativo
Zola
Villafranca del Castillo

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Paella con Pollo y Verduras Filete de Lenguado con Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 579 H.C.: 44.5 % PROT: 18.4 % LIP: 37.3 %	Espaguetis Boloñesa con Carne Picada, Cebolla, Tomate y Gratinado Contra de Ternera con Puré de Patata Natillas, Pan y Leche KCAL: 904 H.C.: 37.6 % PROT: 18.1 % LIP: 44.2 %	Lentejas con Chorizo, Cebolla, Patata, Ajos y Zanahoria Albóndigas en Salsa con Verduritas y Patatas Dado Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 641 H.C.: 44.2 % PROT: 22.2 % LIP: 32.1 %	Puré de Verduras con Puerro, Acelgas, Patata, Calabacín y Judías Verdes. Pollo en Salsa con Patatas Fritas Macedonia de Frutas, Pan y Leche KCAL: 529 H.C.: 38.3 % PROT: 18.8 % LIP: 42.9 %	Potaje de Legumbres Filete de Merluza en Salsa con Guisantes Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 646 H.C.: 40.7 % PROT: 18.6 % LIP: 40.8 %
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Macarrones Gratinados Lacón con Ensalada Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 568 H.C.: 45.2 % PROT: 14.1 % LIP: 40.8 %	Judías Pintas con Chorizo, Zanahoria, Patata y Cebolla (Puré 2 Años) Pechuga de Pollo con Patatas Fritas Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 703 H.C.: 38.3 % PROT: 22.2 % LIP: 39.3 %	Arroz Con Tomate Escalope de Cerdo Empanado con Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 640 H.C.: 45.5 % PROT: 17.5 % LIP: 36.9 %	Fideua de Pollo y Magro Contra de Ternera con Puré de Patata Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 721 H.C.: 44.7 % PROT: 18.9 % LIP: 36.2 %	Potaje de Legumbres (Puré 2 Años) Filete de Lenguado con Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 682 H.C.: 39.4 % PROT: 16.0 % LIP: 44.7 %
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Coditos con Chorizo y Bacon Gratinado Albóndigas en Salsa con Verduritas y Patatas Dado Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 869 H.C.: 38.6 % PROT: 19.6 % LIP: 40.8 %	Cocido Completo Sopa de Estrellitas, Garbanzos, Patatas, Zanahorias y Pollo Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 648 H.C.: 48.7 % PROT: 22.5 % LIP: 28.8 %	Purrusalda con Bacalao, Calabaza, Puerros, Patatas (Puré 2 Años) Pollo en Salsa con Patatas Fritas Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 675 H.C.: 44.5 % PROT: 20.2 % LIP: 35.4 %	Judías Blancas con Chorizo, Morcilla, Zanahoria, etc. (Puré 2 Años) Filete de Lenguado con Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 546 H.C.: 33.8 % PROT: 21.0 % LIP: 45.0 %	FESTIVO
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas con Chorizo, Zanahoria, Patata, Cebolla y ajos Pechuga de Pollo con Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 608 H.C.: 42.1 % PROT: 22.0 % LIP: 35.9 %	Spaghetis Con Carne Picada, Cebolla, Tomate y Gratinado Filete de Mero en Salsa con Guisantes Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 829 H.C.: 46.4 % PROT: 18.1 % LIP: 35.5 %	Potaje de Legumbres con Fideos Gordos, Garbanzos y Judías Blancas (Puré 2 Años) Maza de Cerdo con Puré de Patata Fruta del Tiempo, Pan y Leche KCAL: 680 H.C.: 43.8 % PROT: 19.9 % LIP: 36.5 %	Patatas a la Riojana con Costillas Filete de Merluza con Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Yogur de Frutas, Pan y Leche KCAL: 761 H.C.: 32.5 % PROT: 17.9 % LIP: 49.7 %	FESTIVO
MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS
BOCADILLO DE PATÉ, CHORIZO, SALCHICHÓN O SALAMI	BOCADILLO DE MORTADELA	BOCADILLO DE NOCILLA	YOGUR Y GALLETAS	FRUTA Y GALLETAS