

FEBRERO 2018

DIETA SIN LEGUMBRE

COLEGIO ARCADIA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
									01-02-18			02-02-18		
									Espaguetis gratinados			Crema de calabacín		
									Merluza al horno			Tortilla de patatas		
									Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz			Tomate aliñado		
									Fruta			Yogur		
05-02-18			06-02-18			07-02-18			08-02-18			09-02-18		
Arroz blanco con salsa de tomate casera			Crema de calabaza			Espirales boloñesa			Arroz salteado c/calabacín, zanahoria y maíz			Acelgas rehogadas		
Halibut al horno con limón			Ragout de pavo			Palometa en salsa española			Tortilla francesa			Redondo de ternera asado		
Ensalada de tomate y maíz			Patata y zanahoria			Calabacín asado			Ensalada de lechuga y tomate			Patatas fritas		
Fruta			Fruta			Fruta y Pan integral			Fruta			Yogur		
12-02-18			13-02-18			14-02-18			15-02-18			16-02-18		
Sopa de estrellas			Arroz con verduras (Calabacín, zanahoria y maíz)			Crema de zanahoria			DIA NO LECTIVO			DIA NO LECTIVO		
Filete Ruso			Pollo chino al limón			Abadejo al horno								
Zanahoria dado			Ensalada de lechuga y brotes de soja			Pisto (calabacín, pimiento, cebolla y tomate)								
Fruta			Flan chino y pan integral			Fruta								
19-02-18			20-02-18			21-02-18			22-02-18			23-02-18		
Brócoli gratinado			Crema de zanahoria			Coditos italiana			Arroz c/zanahoria, calabacín			Patatas viudas		
Magro de cerdo estofado			Merluza a la andaluza			Escalope de pollo			Tortilla francesa			Bacalao gratinado		
Patata dado			Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz			Ensalada de tomate			Tomate aliñado			Ensalada de lechuga y cebolla		
Fruta			Fruta			Fruta y Pan integral			Fruta			Yogur		
26-02-18			27-02-18			28-02-18								
Crema de puerros			Sopa de fideos			Fideuá de verduras (s/legumbre)								
Hamburguesa con tomate			Cinta de lomo a la plancha			Palometa adobada								
Patatas fritas			Ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas			Ensalada de lechuga								
Fruta			Fruta			Natillas y pan integral								