

# DIETA HIPOCALÓRICA

CEIP SAN FERNANDO

Marzo y Abril 2021



<p><b>LUNES</b> 01-MAR. -29-MAR. -26-ABR.</p> <p>POTAJE CASERO</p> <p>ATÚN AL NATURAL</p> <p>VERDURAS HORNEADAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 02-MAR. -30-MAR. -27-ABR.</p> <p>CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS</p> <p>RAGUT DE TERNERA CON VERDURAS II</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 03-MAR. -31-MAR. -28-ABR.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS BLANCAS</p> <p>TORTILLA DE ESPINACAS</p> <p>ENSALADA CÉSAR FRUTA NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 04-MAR. -01-ABR. -29-ABR.</p> <p>PURÉ DE 7 VERDURAS</p> <p>LENTEJAS COMPUESTAS VEG.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 05-MAR. -02-ABR. -30-ABR.</p> <p>SOPA DE PICADILLO</p> <p>FOGONERO AL HORNO</p> <p>ZANAHORIAS BABY CON GUI SANTES</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 08-MAR. -05-ABR.</p> <p>CREMA DE BUBANGO</p> <p>MUSLO DE POLLO DESHUESADO</p> <p>BERENJENAS ASADAS CON PIMIENTOS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 09-MAR. -06-ABR.</p> <p>RANCHO CANARIO</p> <p>LOMITOS DE MERLUZA AL HORNO</p> <p>ENSALADA CARIBEÑA NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 10-MAR. -07-ABR.</p> <p>PURE SUAVE DE BERROS</p> <p>PECHUGA DE PAVO</p> <p>CALABACINES CON CHAMPIÑONES</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 11-MAR. -08-ABR.</p> <p>SOPA DE PESCADO</p> <p>HAMBURGUESAS NATURALES</p> <p>MENESTRA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 12-MAR. -09-ABR.</p> <p>POTAJE DE LEGUMBRES</p> <p>ATÚN AL HORNO</p> <p>BRÓCOLI Y COLIFLOR</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 15-MAR. -12-ABR.</p> <p>SOPA DE TERNERA</p> <p>MUSLO DE POLLO SIN PIEL AL HORNO</p> <p>HABICHUELAS AL AJILLO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 16-MAR. -13-ABR.</p> <p>CREMA DE CHAMPIÑONES</p> <p>JUDIAS PINTAS COMPUESTAS CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 17-MAR. -14-ABR.</p> <p>PURÉ DE ESPINACAS Y ACELGAS</p> <p>MERLUZA AL HORNO</p> <p>ENSALADA MIXTA BC.</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 18-MAR. -15-ABR.</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN</p> <p>TOMATES ALIÑADOS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 19-MAR. -16-ABR.</p> <p>POTAJE DE HABICHUELAS</p> <p>CARBONERO AL CALDO CORTO</p> <p>HORTALIZAS AL NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p><b>LUNES</b> 22-MAR. -19-ABR.</p> <p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>CINTA DE CERDO AL NATURAL</p> <p>GUISANTES, HABICHUELAS Y ZANAHORIAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MARTES</b> 23-MAR. -20-ABR.</p> <p>POTAJE DE PRIMAVERA</p> <p>FOGONERO AL VAPOR</p> <p>PISTO DE VERDURAS B.C.</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>MIÉRCOLES</b> 24-MAR. -21-ABR.</p> <p>SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO</p> <p>ROPAVIEJA DE VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO</p>	<p><b>JUEVES</b> 25-MAR. -22-ABR.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS PINTAS</p> <p>FILO DE TERNERA BRASEADO</p> <p>VERDURAS HORNEADAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p><b>VIERNES</b> 26-MAR. -23-ABR.</p> <p>PURÉ DE HORTALIZAS</p> <p>LOMITO DE ATÚN</p> <p>ENSALADA DE COLORES FRUITA NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo... En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015