

DIETA OVO-VEGETARIANA

CEIP SAN FERNANDO

Marzo y Abril 2021



<p>LUNES 01-MAR. -29-MAR. -26-ABR.</p> <p>POTAJE CASERO</p> <p>MACARRONES CON PISTO</p> <p>QUESO RALLADO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MARTES 02-MAR. -30-MAR. -27-ABR.</p> <p>CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS</p> <p>RAGUT DE SOJA CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MIÉRCOLES 03-MAR. -31-MAR. -28-ABR.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS BLANCAS</p> <p>TORTILLA DE PAPAS</p> <p>ENSALADA CÉSAR FRUTA NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DE SOJA</p>	<p>JUEVES 04-MAR. -01-ABR. -29-ABR.</p> <p>PURÉ DE 7 VERDURAS</p> <p>LENTEJAS COMPUESTAS VEG.</p> <p>ARROZ BLANCO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>VIERNES 05-MAR. -02-ABR. -30-ABR.</p> <p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>SEITÁN ENCEBOLLADO</p> <p>PAPAS AL VAPOR</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p>LUNES 08-MAR. -05-ABR.</p> <p>CREMA DE BUBANGO</p> <p>PAELLA DE LA HUERTA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MARTES 09-MAR. -06-ABR.</p> <p>RANCHO CANARIO</p> <p>FALAFEL</p> <p>ENSALADA CARIBEÑA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MIÉRCOLES 10-MAR. -07-ABR.</p> <p>PURE SUAVE DE BERROS</p> <p>PASTA CON VERDURAS</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DE SOJA</p>	<p>JUEVES 11-MAR. -08-ABR.</p> <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>HAMBURGUESA VEGETAL EN SALSA</p> <p>MENESTRA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>VIERNES 12-MAR. -09-ABR.</p> <p>POTAJE DE LEGUMBRES</p> <p>TOFU CON MOJO CILANTRO</p> <p>PAPAS MAJORERAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p>LUNES 15-MAR. -12-ABR.</p> <p>PURÉ DE CALABACÍN</p> <p>MOUSSAKA VEGETAL</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MARTES 16-MAR. -13-ABR.</p> <p>CREMA DE CHAMPIÑONES</p> <p>JUDIAS PINTAS COMPUESTAS CON VERDURAS</p> <p>ARROZ BLANCO</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MIÉRCOLES 17-MAR. -14-ABR.</p> <p>PURÉ DE ESPINACAS Y ACELGAS</p> <p>ENSALADA GENOVESA VG.</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DE SOJA</p>	<p>JUEVES 18-MAR. -15-ABR.</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA</p> <p>TOMATES ALIÑADOS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>VIERNES 19-MAR. -16-ABR.</p> <p>POTAJE DE HABICHUELAS</p> <p>TOFU ASADO</p> <p>HORTALIZAS DE PRIMAVERA</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>
<p>LUNES 22-MAR. -19-ABR.</p> <p>CREMA DE CALABAZA</p> <p>ARVEJAS COMPUESTAS II</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MARTES 23-MAR. -20-ABR.</p> <p>POTAJE DE PRIMAVERA</p> <p>ARROZ VERDE CON ALCACHOFAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>MIÉRCOLES 24-MAR. -21-ABR.</p> <p>CREMA HORTELANA</p> <p>ROPAVIEJA VEGANA</p> <p>PAPAS A CUADROS</p> <p>PAN INTEGRAL YOGUR DE SOJA</p>	<p>JUEVES 25-MAR. -22-ABR.</p> <p>POTAJE DE JUDIAS PINTAS</p> <p>ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA DE LENTEJAS</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>	<p>VIERNES 26-MAR. -23-ABR.</p> <p>PURÉ DE HORTALIZAS</p> <p>TEMPURA DE VERDURAS</p> <p>ENSALADA DE COLORES</p> <p>PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL</p>