MARZO

SANTA HORTENSIA

					SABADO 01	**DOMINGO 02**
Menú valorado por: COSEGAL - Lorenzo Rodríguez Moreno C/Granadilla, 10. 28220 Majadahonda	Lorenzo Rodríguez Moreno NIF: 53621171L C/Granadilla, 10. 28220 Majadahonda, Madrid				**SOPA CASTELLANA** **FLAMENQUINES** **FRUTA O LACTEO**	**ARROZ CON VERDURAS** **CROQUETAS** **FRUTA O LACTEO**
REGISTRO SANITARIO: Nº26.00007226/M					Proteínas: 44,2 H. de Carbono: 89,1 Lípidos: 54,5 Kcal: 1040	Proteínas: 20,5 H. de Carbono: 126 Lípidos: 33,2 Kcal: 904
LUNES 03	**MARTES 04**	**MIERCOLES 05**	**JUEVES 06**	**VIERNES 07**	**SABADO 08**	**DOMINGO 09**
CREMA DE VERDURAS **ALBONDIGAS MADRILEÑA** **FRUTA O LACTEO**	**POTE GALLEGO** **JAMON VILLAROY** **FRUTA O LACTEO**	**PATATAS CON PESCADO** **TORTILLA FRANCESA** **FRUTA O LACTEO**	**SOPA DE COCIDO** **COCIDO COMPLETO** **FRUTA O LACTEO**	**MACARRONES CON VERDURA** **BUÑUELOS DE BACALAO** **FRUTA O LACTEO**	**JUDIAS VERDES CON TOMATE** **HUEVOS EN SALSA** **FRUTA O LACTEO**	**SOPA DE FIDEOS** **MAGRO EN SALSA** **FRUTA O LACTEO**
Proteínas: 40,2 H. de Carbono: 84 Lípidos: 40,6 Kcal: 878	Proteínas: 46 H. de Carbono: 81,7 Lípidos: 66,6 Kcal: 1148	Proteínas: 41,7 H. de Carbono: 78,6 Lípidos: 35,3 Kcal: 818	Proteínas: 45,9 H. de Carbono: 116 Lípidos: 33,5 Kcal: 984	Proteínas: 24,4 H. de Carbono: 120 Lípidos: 33 Kcal: 898	Proteínas: 19 H. de Carbono: 71,4 Lípidos: 27,3 Kcal: 636	Proteínas: 63,2 H. de Carbono: 121 Lípidos: 38,2 Kcal: 1097
LUNES 10	**MARTES 11**	**MIERCOLES 12**	**JUEVES 13**	**VIERNES 14**	**SABADO 15**	**DOMINGO 16**
PATATAS CON COSTILLA **MERLUZA A LA VASCA** **FRUTA O LACTEO**	**ARROZ CON POLLO** **HUEVOS VILLAROY** **FRUTA O LACTEO**	**MENESTRA DE VERDURA** **LOMO ASADO** **FRUTA O LACTEO**	**SOPA DE COCIDO** **COCIDO COMPLETO** **FRUTA O LACTEO**	**POTAJE VIGILIA** **TORTILLA ESPAÑOLA** **FRUTA O LACTEO**	**FIDEUA DE PESCADO** **SAN JACOBO** **FRUTA O LACTEO**	**CREMA DE VERDURA** **EMPANADILLAS** **FRUTA O LACTEO**
Proteínas:29,1 H. de Carbono: 85,3 Lípidos: 34,1 Kcal: 786	Proteínas: 48,9 H. de Carbono: 107 Lípidos: 25,5 Kcal: 871	Proteínas: 44,9 H. de Carbono: 86,1 Lípidos: 51,3 Kcal: 1018	Proteínas: 45,9 H. de Carbono: 116 Lípidos: 33,5 Kcal: 984	Proteínas: 36,7 H. de Carbono: 103 Lípidos: 31,2 Kcal: 881	Proteínas: 47,8 H. de Carbono: 97,7 Lípidos: 42,8 Kcal: 986	Proteínas: 33,1 H. de Carbono: 91,5 Lípidos: 58,5 Kcal: 1040
LUNES 17	**MARTES 18**	**MIERCOLES 19**	**JUEVES 20**	**VIERNES 21**	**SABADO 22**	**DOMINGO 23**
LENTEJAS CON CHORIZO **TORTILLA FRANCESA** **FRUTA O LACTEO**	**CODITOS CON PICADILLO** **MERLUZA EN SALSA** **FRUTA O LACTEO**	**POTE ASTURIANO** **HUEVOS CAZADORA** **FRUTA O LACTEO**	**SOPA DE COCIDO** **COCIDO COMPLETO** **FRUTA O LACTEO**	**PATATAS CON VERDURA** **CALDERETA DE PESCADO** **FRUTA O LACTEO**	**GUISANTES REHOGADOS** **SAN JACOBO** **FRUTA O LACTEO**	**ENTREMESES** **FIDEUA** **FRUTA O LACTEO**
Proteínas: 44,3 H. de Carbono: 104 Lípidos: 34,7 Kcal: 947	Proteínas: 39,6 H. de Carbono: 99,5 Lípidos: 18,1 Kcal: 737	Proteínas: 35,6 H. de Carbono: 75,5 Lípidos: 66,1 Kcal: 1071	Proteínas: 45,9 H. de Carbono: 116 Lípidos: 33,5 Kcal: 984	Proteínas: 27,5 H. de Carbono: 67,5 Lípidos: 18,1 Kcal: 562	Proteínas: 32,8 H. de Carbono: 75,1 Lípidos: 41,3 Kcal: 820	Proteínas: 60,3 H. de Carbono: 85,7 Lípidos: 33,7 Kcal: 904
LUNES 24	**MARTES 25**	**MIERCOLES 26**	**JUEVES 27**	**VIERNES 28**	**SABADO 29**	**DOMINGO 30**
MACARRONES BOLOÑESA **LACON CON PATATAS** **FRUTA O LACTEO**	**CREMA DE VERDURAS** **HAMBURGUESA EN SALSA** **FRUTA O LACTEO**	**PATATAS CON VERDURA** **POLLO EN PEPITORIA** **FRUTA O LACTEO**	**SOPA DE COCIDO** **COCIDO COMPLETO** **FRUTA O LACTEO**	**LENTEJAS CON CHORIZO** **TILAPIA A LA VIZCAINA** **FRUTA O LACTEO**	**JUDIAS VERDES SALTEADAS** **LOMO AL HORNO** **FRUTA O LACTEO**	**ARROZ CON PESCADO** **SAN AJCOBO** **FRUTA O LACTEO**
Proteínas: 43,4 H. de Carbono: 119 Lípidos: 47,3 Kcal: 1095	Proteínas: 35,5 H. de Carbono: 83,5 Lípidos: 40,4 Kcal: 863	Proteínas: 32,9 H. de Carbono: 79,6 Lípidos: 46,7 Kcal: 891	Proteínas: 45,9 H. de Carbono: 116 Lípidos: 33,5 Kcal: 984	Proteínas: 50,9 H. de Carbono: 97,5 Lípidos: 21,3 Kcal: 823	Proteínas: 36 H. de Carbono: 67,3 Lípidos: 54,5 Kcal: 930	Proteínas: 34,2 H. de Carbono: 95,5 Lípidos: 44,3 Kcal: 934
LUNES 31						
CREMA DE CALABAZA **ALBONDIGAS EN SALSA** **FRUTA O LACTEO**						
Proteínas: 33,6 H. de Carbono: 89,5 Lípidos: 42,9 Kcal: 902						