

COMEDOR COLEGIO SALLIVER – 1.ª, 2.ª Y 3.ª SEMANA

Semana: 16-03	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Ensalada de pasta con atún 	Puchero de arroz con pollo 	Ensalada de tomate y champiñón 	Ensalada de hortalizas con atún 	Sopa de picadillo 
2.º Plato	Albóndigas de pollo con tomate y patatas fritas al horno 	Rosada a la plancha con ensalada	Pasta a la genovesa 	Cous cous con magro con tomate 	Sepia empanada al horno y patatas en gajos con ajo 
	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 
Postre*	Peras	Manzanas	Naranjas	Plátanos	Yogur de frutas 
Información Nutricional	kC: 1023 P: 33 G: 126 L: 45 g	kC: 997 P: 57 G: 134 L: 28 g	kC: 1108 P: 46 G: 182 L: 22 g	kC: 1288 P: 62 G: 177 L: 38 g	kC: 1076 P: 50 G: 112 L: 49 g

Semana: 23-03	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Ensalada de hortalizas con atún 	Potaje de garbanzos y espinacas 	Sopa de verduras con fideos 	Ensalada griega 	Guarnición de guisantes con jamón 
2.º Plato	Pasta con pollo 	Lomo con champiñones y verduras	Bacalao a la plancha con puré de patatas 	Lentejas estofadas 	Arroz a la cubana y huevo 
	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 
Postre*	Manzanas	Peras	Plátanos	Mandarinas	Melón
Información Nutricional	kC: 891 P: 40 G: 125 L: 27 g	kC: 1082 P: 57 G: 155 L: 31 g	kC: 950 P: 45 G: 140 L: 25 g	kC: 980 P: 37 G: 134 L: 37 g	kC: 948 P: 44 G: 148 L: 20 g

Semana: 30-03	Lunes (FESTIVO)	Martes (FESTIVO)	Miércoles (FESTIVO)	Jueves (FESTIVO)	Viernes (FESTIVO)
1.º Plato	Ensalada de hortalizas con pollo	Sopa de picadillo con arroz y huevo 	Ensalada california con pavo 	Ensalada hawaiana	Sopa de verduras
2.º Plato	Macarrones a la marinera 	Pavo, muslo horno con judías salteadas y cebolla	Arroz caldoso con choco 	Patatas guisadas con pollo 	Pizza con verduras, queso y atún 
	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 
Postre*	Plátanos	Peras	Uvas	Peras	Yogur de frutas 
Información Nutricional	kC: 934 P: 50 G: 146 L: 18 g	kC: 895 P: 55 G: 118 L: 24 g	kC: 920 P: 40 G: 116 L: 37 g	kC: 934 P: 31 G: 157 L: 23 g	kC: 925 P: 39 G: 136 L: 27 g

COMEDOR COLEGIO SALLIVER - 3.ª Y 4.ª SEMANA

Semana: 06-04	Lunes (FESTIVO)	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Crema de calabaza	Lentejas estofadas	Ensalada griega	Crema de verduras	Puchero de fideos con pollo
2.º Plato	Pasta con verduras y atún en aceite	Nugget de pollo empanado al horno y ensalada aliñada	Cazuela de patatas con ternera	Patatas en gajos con ajo y bacalao al ajo	Arroz a la cubana y huevo
	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan integral
Postre*	Peras	Plátanos	Uvas	Naranjas	Yogur de frutas
Información Nutricional	kC: 972 P: 30 G: 149 L: 32 g	kC: 1027 P: 51 G: 154 L: 27 g	kC: 954 P: 40 G: 112 L: 41 g	kC: 1201 P: 55 G: 151 L: 43 g	kC: 1266 P: 46 G: 143 L: 58 g

Semana: 13-04	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.º Plato	Sopa de garbanzos y verduras	Vichyssoise	Ensalada con langostinos salteados y surimi	Ensalada tomate y atún	Guisantes salteados con zanahorias
2.º Plato	Salmón a la plancha y ensalada valenciana	Pasta a la boloñesa	Muslo de pollo y arroz a la cubana	Lentejas con arroz vegetal	Pizza con carne picada y tomate
	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan	Pan integral
Postre*	Manzanas	Mandarinas	Melón	Naranjas	Yogur de frutas
Información Nutricional	kC: 1043 P: 54 G: 151 L: 28 g	kC: 946 P: 38 G: 160 L: 19 g	kC: 1042 P: 47 G: 111 L: 47 g	kC: 1045 P: 45 G: 152 L: 31 g	kC: 1004 P: 49 G: 127 L: 34 g

*La fruta de temporada servida puede variar sin previo aviso por la naturaleza del producto, sujeto a variaciones de mercado y meteorológicas