



A Fuego Lento 658 996 906



# Abril



**COLEGIO SAN ALBERTO MAGNO**  
DOS HERMANAS

LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
<p>Lentejas Tortilla de patatas y ensalada Fruta</p> <p>Kcal:493; Grasa:10g ; H de carbono:61,2g Proteínas: 38,5g</p>	<p>Patatas guisadas Merluza en salsa con guisantes Yogur</p> <p>Kcal:499; Grasa:11,1g ; H de carbono:736,9g Proteínas: 21,4g</p>	<p>Puchero con pollo y verduras Filete de pollo al limón con patatas Fruta</p> <p>Kcal:494; Grasa:10,7g ; H de carbono:76,7g Proteínas: 21,2g</p>	<p>Paella mixta Croquetas y tomate con atún y maíz Yogur</p> <p>Kcal:493; Grasa:10g ; H de carbono:61,2g Proteínas: 38,5g</p>	<p>Potaje de garbanzos y chicharos Dorada al horno con verduras Fruta</p> <p>Kcal:687; Grasa:27,7g ; H de carbono:79,2g Proteínas: 29,5g</p>
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
<p>Conchitas con tomate y pollo Empanada al horno y aliño de patatas Fruta</p> <p>Kcal:562; Grasa:19,9g ; H de carbono:64,8g Proteínas: 29,9g</p>	<p>Lentejas con verduras Merluza al limón y tomate aliñado Yogur</p> <p>Kcal:544; Grasa:25,3g ; H de carbono:51g Proteínas: 27,5g</p>	<p>Arroz tres delicias Lomo en salsa con guisantes Fruta</p> <p>Kcal:508; Grasa:11,4g ; H de carbono:68,7g Proteínas: 31,1g</p>	<p>Patatas a la riojana Salmón al horno con zanahorias Yogur</p> <p>Kcal:503; Grasa:14,9g ; H de carbono:59,4g Proteínas: 31,5g</p>	<p>Crema de calabaza con pavo Filetes de pollo a la plancha y ensalada Fruta</p> <p>Kcal:339; Grasa:33g ; H de carbono:44,4g Proteínas: 26,2g</p>
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
<p>Sopa con fideos y verduras Churrasco de pollo con guisantes salteados Fruta</p> <p>Kcal:562; Grasa:19,9g ; H de carbono:64,8g Proteínas: 29,9g</p>	<p>Cascote Filetes de merluza al horno con champiñones Yogur</p> <p>Kcal:544; Grasa:25,3g ; H de carbono:51g Proteínas: 27,5g</p>	<p>Macarrones boloñesa Lomo plancha con aliño de judías y zanahorias con maíz Fruta</p> <p>Kcal:508; Grasa:11,4g ; H de carbono:68,7g Proteínas: 31,1g</p>	<p>Lentejas estofadas Rosada en salsa con dados de patatas Yogur</p> <p>Kcal:503; Grasa:14,9g ; H de carbono:59,4g Proteínas: 31,5g</p>	<p><b>FIESTA</b></p>
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	
<p>Lentejas Filete de pollo y ensalada Fruta</p> <p>Kcal:562; Grasa:19,9g ; H de carbono:64,8g Proteínas: 29,9g</p>	<p>Guiso de patatas a la riojana Tilapia al horno con zanahorias Yogur</p> <p>Kcal:544; Grasa:25,3g ; H de carbono:51g Proteínas: 27,5g</p>	<p>Paella mixta Tortilla de patatas y tomate aliñado con maíz Fruta</p> <p>Kcal:508; Grasa:11,4g ; H de carbono:68,7g Proteínas: 31,1g</p>	<p>Crema de verduras con merluza Mini hamburguesa de pavo con patatas Yogur</p> <p>Kcal:503; Grasa:14,9g ; H de carbono:59,4g Proteínas: 31,5g</p>	

