

MES: Marzo 2023

LAUDE NEWTON COLLEGE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>Todos los días buffet de ensalada y disponible pan blanco e integral</p>		<p>1 Fideuá con verduras o Salmorejo Bacalao con tomate con menestra de verduras salteadas o Tortilla francesa de jamón york Fruta o lácteo y pan</p>	<p>2 Arroz con pollo o Olleta de legumbres Lacón con patatas o Empanadillas de atún Fruta de temporada y pan</p>	<p>3 Sopa minestrone o Tabulé Jamoncitos de pollo al ajillo con panaché de verduras o Flamenquines Postre especial y pan</p>
<p>6 Macarrones con chorizo o Empedrado de legumbres Merluza en salsa marinera con zanahorias salteadas o Tortilla francesa de atún Fruta de temporada y pan</p>	<p>7 Crema de zanahoria y calabaza con cúrcuma o Arroz con calamares Hamburguesa completa con patatas fritas o Pastel de salmón Fruta de temporada y pan</p>	<p>8 Lentejas con quinoa y verduras o Guiso marinerero Contramuslo de pollo a las finas hierbas con calabacín al vapor o Buñuelos de bacalao Fruta o lácteo</p>	<p>9 Paella o Olleta de legumbres Filete de lenguadina a la andaluza con salteado de verduras con tomate o Lomo con salsa de queso Fruta de temporada y pan</p>	<p>10 Guisado de patatas, pollo y pasta o Espinacas con pasas Tortilla francesa con panaché de verduras o Flamenquines Postre especial y pan</p>
<p>13 Ensalada de pasta o Gratén de coliflor con bechamel Merluza con tomate con guisantes salteados o Tortilla de patatas Fruta de temporada y pan</p>	<p>14 Crema de calabacín con queso o Canelones de carne Magro con tomate con pisto o Bacalao al horno Fruta de temporada y pan</p>	<p>15 Guiso de lentejas con manzana o Menestra de verdura salteada con jamón Croquetas de jamón con verduras o Filete de abadejo a la riojana (patata, tomate, especias) Fruta o lácteo y pan</p>	<p>16 Arroz a la milanesa o Crema de verduras Tortilla francesa de jamón york con zanahorias salteadas o San Marino (merluza, jamón york y queso) Fruta de temporada y pan</p>	<p>17 <b>NO LECTIVO</b></p>
<p>20 Alubias estofadas con verduras o Patatas a la americana Empanadillas de atún con coliflor o Lasaña vegetal Fruta de temporada y pan</p>	<p>21 Macarrones con salsa funghi o Salmorejo Tortilla francesa de pavo con guisantes salteados o Salmón al horno Fruta de temporada y pan</p>	<p>22 Crema de verduras o Arroz caldoso Albóndigas a la jardinera con patatas dado o Wok de verduras Fruta o lácteo y pan</p>	<p>23 Sopa de lluvia o Ensalada murciana Longaniza al horno con zanahorias salteadas o Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos Fruta de temporada y pan</p>	<p>24 Arroz tres delicias o Salteado de judías verdes con patatas y jamón Contramuslo de pollo al horno o Brandada de pescado Postre especial y pan</p>
<p>27 Pasta a la napolitana con albahaca o Ensalada campera Croquetas y empanadillas con verduritas o Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta de temporada y pan</p>	<p>28 Olleta alicantina o Tabulé Tortilla de patatas con pisto o Filete de merluza a la griega Fruta de temporada y pan</p>	<p>29 Crema de zanahoria con manzana o Salmorejo con jamón serrano y huevo cocido Arroz con pollo con verduritas o Tortilla francesa de jamón york Fruta o lácteo y pan</p>	<p>30 Salteado de judías verdes con patatas y jamón con tomate o Brócoli gratinado Delicias de bacalao con cous cous o Fajitas con boloñesa de lentejas Fruta de temporada y pan</p>	<p>31 Sopa de cocido o Canelones de atún Cocido completo o Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan</p>