

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA CONSOLACIÓN Menú mes de MARZO de 2018**

**MENÚ SIN GLUTEN**

<p align="center"><b>TODOS NUESTROS MENÚS SE ELABORAN Y COCINAN DIARIAMENTE EN LAS DEPENDENCIAS Y COCINA DEL PROPIO COLEGIO</b></p>	<p align="center"><b>PARA LAS DIETAS BLANDAS O DE REGIMEN SE SOLICITA: NOTA INFORMATIVA DE LOS PADRES O TUTORES</b></p>	<p align="center"><b>PARA CONTACTAR CON NOSOTROS: <a href="mailto:central@grimaud-logyst.com">central@grimaud-logyst.com</a></b></p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 1</u></b> 1º: Patatas Guisadas con Pollo 2º: Lomo de Cerdo a la Plancha G: Guisantes Salteados y Ensalada Postre: Plátano y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 2 DE CUARESMA</u></b> 1º: Lentejas Caseras con Verduras 2º: Tortilla Española G: Pimientos Asados y Ensalada Postre: Lácteo y fruta variada</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 5</u></b> 1º: Lacitos de Colores con Tomate 2º: Salchichas de Pavo al Horno G: Ensalada Postre: Yogur y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 6</u></b> 1º: Arroz Blanco con Tomate 2º: Tortilla de Jamón G: Ensalada Postre: Manzana y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MIÉRCOLES - 7</u></b> 1º: Crema de Calabacín con Quesito 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Ensalada Postre: Naranja y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 8</u></b> 1º: Sopa de Ave con Fideos 2º: Albóndigas de Ternera a la Jardinera G: Patatas a Cuadro y Ensalada Postre: Plátano y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 9 DE CUARESMA</u></b> 1º: Potaje de Garbanzos con Calabaza 2º: Filete de Limanda Rebozada G: Patatas a la Gallega y Ensalada Postre: Melocotón en Almíbar y fruta variada</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 12</u></b> 1º: Macarrones a la Napolitana 2º: Magro de Cerdo con Verduras G: Ensalada Postre: Yogur y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 13</u></b> 1º: Judías Blancas Estofadas con Chorizo 2º: Pollo Asado en su Jugo con Manzana G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MIÉRCOLES - 14</u></b> 1º: Arroz a la Milanesa 2º: Filete Ruso de Ternera G: Ensalada Postre: Macedonia y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 15</u></b> 1º: Patatas Guisadas con Pavo 2º: Filete de Merluza al Horno G: Ensalada Postre: Plátano y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 16 DE CUARESMA</u></b> 1º: Crema de Puerro y Zanahoria 2º: Tortilla de Atún G: Ensalada Postre: Lácteo y fruta variada</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 19</u></b> 1º: Arroz Tres Delicias (tortilla, dados de jamón y maíz) 2º: Pescado en Papillote G: Ensalada Postre: Yogur y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 20</u></b> 1º: Sopa de Cocido con Estrellitas 2º: Albóndigas de Ternera con Tomate G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>MIÉRCOLES - 21</u></b> 1º: Crema de Legumbres 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Patatas Panaderas y Ensalada Postre: Mandarina y fruta variada</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 22</u></b> 1º: Espaguetis a la Boloñesa 2º: Daditos de Jamón Salteado G: Ensalada Postre: Plátano y fruta variada</p>	<p align="center"><b>NO LECTIVO VACACIONES DE SEMANA SANTA</b></p>
<p align="center"><b>Realiza al menos 30 minutos de actividad física al día</b></p>	<p align="center"><b>Bebe de 6 a 8 vasos de agua al día</b></p>	<p align="center"><b>Consume frutas y hortalizas frescas y de temporada</b></p>	<p align="center"><b>Consume menos sal, los alimentos recuperarán su sabor original</b></p>	<p align="center"><b>Come sano y variado, así conseguirás todas las vitaminas y minerales que necesitas</b></p>

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA CONSOLACIÓN Menú mes de MARZO de 2018**

**MENÚ SIN HUEVO**

<p align="center"><b>TODOS NUESTROS MENÚS SE ELABORAN Y COCINAN DIARIAMENTE EN LAS DEPENDENCIAS Y COCINA DEL PROPIO COLEGIO</b></p>	<p align="center"><b>PARA LAS DIETAS BLANDAS O DE REGIMEN SE SOLICITA: <u>NOTA INFORMATIVA</u> <u>DE LOS PADRES O TUTORES</u></b></p>	<p align="center"><b>TODOS LOS MIERCOLES LOS NIÑOS TOMARÁN EN EL MENÚ PAN INTEGRAL</b></p>	<p><b><u>JUEVES - 1</u></b> 1º: Patatas Guisadas con Pollo 2º: Lomo de Cerdo a la Plancha G: Guisantes Salteados y Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>VIERNES - 2 DE CUARESMA</u></b> 1º: Lentejas Caseras con Verduras 2º: Emperador en Salsa Verde G: Ensalada Postre: Lácteo, fruta variada y pan</p>
<p><b><u>LUNES - 5</u></b> 1º: Lacitos de Colores con Tomate 2º: Salchichas de Pavo al Horno G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MARTES - 6</u></b> 1º: Arroz Blanco con Tomate 2º: Jamón Braseado G: Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MIERCOLES - 7</u></b> 1º: Crema de Calabacín con Quesito 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Ensalada Postre: Naranja, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>JUEVES - 8</u></b> 1º: Sopa de Ave con Fideos 2º: Albóndigas de Ternera a la Jardinera G: Patatas a Cuadro y Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>VIERNES - 9 DE CUARESMA</u></b> 1º: Potaje de Garbanzos con Calabaza 2º: Filete de Limanda Enharinada G: Patatas a la Gallega Postre: Melocotón en Almíbar, fruta variada y pan</p>
<p><b><u>LUNES - 12</u></b> 1º: Macarrones a la Napolitana 2º: Magro de Cerdo con Verduras G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MARTES - 13</u></b> 1º: Judías Blancas Estofadas con Chorizo 2º: Pollo Asado en su Jugo con Manzana G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MIERCOLES - 14</u></b> 1º: Arroz a la Milanesa 2º: Filete Ruso de Ternera G: Ensalada Postre: Macedonia, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>JUEVES - 15</u></b> 1º: Patatas Guisadas con Pavo 2º: Escalopines de Solomillo de Cerdo G: Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>VIERNES - 16 DE CUARESMA</u></b> 1º: Crema de Puerro y Zanahoria 2º: Atún con Tomate G: Ensalada Postre: Lácteo, fruta variada y pan</p>
<p><b><u>LUNES - 19</u></b> 1º: Arroz con Tomate 2º: Pescado en Papillote G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MARTES - 20</u></b> 1º: Sopa de Cocido con Estrellitas 2º: Albóndigas de Ternera con Tomate G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>MIERCOLES - 21</u></b> 1º: Crema de Legumbres 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Patatas Panaderas y Ensalada Postre: Mandarina, fruta variada y pan</p>	<p><b><u>JUEVES - 22</u></b> 1º: Espaguetis a la Boloñesa 2º: Daditos de Jamón Salteado G: Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b>NO LECTIVO VACACIONES DE SEMANA SANTA</b></p>
<p align="center"><b>Realiza al menos 30 minutos de actividad física al día</b></p>	<p align="center"><b>Bebe de 6 a 8 vasos de agua al día</b></p>	<p align="center"><b>Consume frutas y hortalizas frescas y de temporada</b></p>	<p align="center"><b>Consume menos sal, los alimentos recuperarán su sabor original</b></p>	<p align="center"><b>Come sano y variado, así conseguirás todas las vitaminas y minerales que necesitas</b></p>

**COLEGIO NTRA. SRA. DE LA CONSOLACIÓN Menú mes de MARZO de 2018**

**MENÚ SIN PESCADO Y MARISCO**

<p align="center"><b>TODOS NUESTROS MENÚS SE ELABORAN Y COCINAN DIARIAMENTE EN LAS DEPENDENCIAS Y COCINA DEL PROPIO COLEGIO</b></p>	<p align="center"><b>PARA LAS DIETAS BLANDAS O DE REGIMEN SE SOLICITA: <u>NOTA INFORMATIVA</u> <u>DE LOS PADRES O TUTORES</u></b></p>	<p align="center"><b>TODOS LOS MIERCOLES LOS NIÑOS TOMARÁN EN EL MENÚ PAN INTEGRAL</b></p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 1</u></b>  1º: Patatas Guisadas con Verduras 2º: Lomo Adobado a la Plancha G: Guisantes Salteados y Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 2 DE CUARESMA</u></b>  1º: Lentejas Caseras con Verduras 2º: Tortilla Española G: Pimientos Asados y Ensalada Postre: Lácteo, fruta variada y pan</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 5</u></b>  1º: Lacitos de Colores con Tomate 2º: Salchichas de Pavo al Horno G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 6</u></b>  1º: Arroz Blanco con Tomate 2º: Tortilla de Jamón G: Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MIERCOLES - 7</u></b>  1º: Crema de Calabacín con Quesito 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Ensalada Postre: Naranja, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 8</u></b>  1º: Sopa de Ave con Fideos 2º: Albóndigas de Ternera a la Jardinera G: Patatas a Cuadro y Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 9 DE CUARESMA</u></b>  1º: Potaje de Garbanzos con Calabaza 2º: Tortilla de Queso G: Patatas a la Gallega Postre: Melocotón en Almíbar, fruta variada y pan</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 12</u></b>  1º: Macarrones a la Napolitana 2º: Magro de Cerdo con Verduras G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 13</u></b>  1º: Judías Blancas Estofadas con Chorizo 2º: Pollo Asado en su Jugo con Manzana G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MIERCOLES - 14</u></b>  1º: Arroz a la Milanesa 2º: Filete Ruso de Ternera G: Ensalada Postre: Macedonia, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 15</u></b>  1º: Patatas Guisadas con Pavo 2º: Escalopines de Solomillo de Cerdo G: Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>VIERNES - 16 DE CUARESMA</u></b>  1º: Crema de Puerro y Zanahoria 2º: Tortilla de Patata G: Ensalada Postre: Lácteo, fruta variada y pan</p>
<p align="center"><b><u>LUNES - 19</u></b>  1º: Arroz con Tomate 2º: Lomo a la Plancha G: Ensalada Postre: Yogur, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MARTES - 20</u></b>  1º: Sopa de Cocido con Estrellitas 2º: Albóndigas de Ternera con Tomate G: Patatas Fritas y Ensalada Postre: Manzana, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>MIERCOLES - 21</u></b>  1º: Crema de Legumbres 2º: Filete de Pollo a la Plancha G: Patatas Panaderas y Ensalada Postre: Mandarina, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b><u>JUEVES - 22</u></b>  1º: Espaguetis a la Boloñesa 2º: Daditos de Jamón Salteado G: Ensalada Postre: Plátano, fruta variada y pan</p>	<p align="center"><b>NO LECTIVO VACACIONES DE SEMANA SANTA</b></p>
<p align="center"><b>Realiza al menos 30 minutos de actividad física al día</b></p>	<p align="center"><b>Bebe de 6 a 8 vasos de agua al día</b></p>	<p align="center"><b>Consume frutas y hortalizas frescas y de temporada</b></p>	<p align="center"><b>Consume menos sal, los alimentos recuperarán su sabor original</b></p>	<p align="center"><b>Come sano y variado, así conseguirás todas las vitaminas y minerales que necesitas</b></p>