


|  |   |                                 |         |        |       |
|--|---|---------------------------------|---------|--------|-------|
|  | Centro  | Título del Documento / Registro |         |        |       |
|  | <b>EDUCACIÓN ESPECIAL<br/>OCUPACIONAL Y DÍA</b> | <b>MENÚ</b>                     |         |        |       |
|  |   | Código                          | Edición | Página | Fecha |
|  |   | Reg-TC-06                       | 4       |        |       |

## MENÚ DE MARZO

|                  |          |                                    | 5                                   | 12                                      | 19                                     | 26                                     |
|------------------|----------|------------------------------------|-------------------------------------|---|--|--|
| <b>LUNES</b>     | PRIMEROS |                                    | Crema de espárragos                 | Sopa de ave                             | Repollo rehogado                       | Macarrones con tomate                  |
|                  | SEGUNDOS |                                    | Macarrón boloñesa                   | Paninis                                 | Coditoas con atún                      | Pescado cocido<br>coliflor a la casera |
|                  | POSTRE   |                                    | Fruta                               | Fruta                                   | Piña en su jugo                        | Yogur                                  |
|                  | VN       |                                    | 731 Kcal 38 g Pr 25 g Lip 87 g HC   | 582 Kcal 35 g Pr 23 g Lip 70 g HC       | 615 Kcal 21 g Pr 27 g Lip 71 g HC      | 708 Kcal 27 g Pr 22 g Lip 98 g HC      |
|                  |          |                                    | 6                                   | 13                                      | 20                                     | 27                                     |
| <b>MARTES</b>    | PRIMEROS |                                    | Lentejas vegetales                  | Crema de puerro                         | Sopa de picadillo                      | Crema de zanahoria                     |
|                  | SEGUNDOS |                                    | Merluza a la gallega<br>con patatas | Calamares a la romana<br>Ensalada mixta | Chuleta de cerdo<br>Champiñón y patata | Hamburguesa casera<br>Patatas fritas   |
|                  | POSTRE   |                                    | Gelatina                            | Natillas                                | Fruta                                  | Fruta                                  |
|                  | VN       |                                    | 737 Kcal 42 g Pr 22 g Lip 95 g HC   | 720 Kcal 23 g Pr 23 g Lip 104 g HC      | 765 Kcal 42 g Pr 29 g Lip 83 g HC      | 769 Kcal 38 g Pr 32 g Lip 81 g HC      |
|                  |          |                                    | 7                                   | 14                                      | 21                                     | 28                                     |
| <b>MIÉRCOLES</b> | PRIMEROS |                                    | Arroz tres delicias                 | Crema de vegetal                        | Brécol rehogado                        | Tomate relleno                         |
|                  | SEGUNDOS |                                    | Lomo en su jugo<br>Patata asada     | Lasaña de carne                         | Milanesa de pollo<br>Arroz             | Pollo asado<br>Arroz                   |
|                  | POSTRE   |                                    | Yogur                               | Gelatina                                | Flan                                   | Gelatina                               |
|                  | VN       |                                    | 649 Kcal 35 g Pr 29 g Lip 60 g HC   | 893 Kcal 33 g Pr 38 g Lip 100 g HC      | 815 Kcal 32 g Pr 32 g Lip 99 g HC      | 905 Kcal 38 g Pr 42 g Lip 89 g HC      |
|                  |          |                                    | 1                                   | 8                                       | 15                                     | 22                                     |
| <b>JUEVES</b>    | PRIMEROS | Judías verdes con huevo duro       | Crema de champiñones                | Potaje vegetal                          | Espinacas con jamón y<br>champiñones   | <b>FESTIVO</b>                         |
|                  | SEGUNDOS | Empanada de<br>jamón y queso       | Tortilla paisana                    | Merluza al horno                        | Pizza artesana                         |  |
|                  | POSTRE   | Arroz con leche                    | Ensalada<br>Fruta                   | Patata asada<br>Yogur                   | Fruta                                  |  |
|                  | VN       | 805 Kcal 20 g Pr 32 g Lip 107 g HC | 626 Kcal 23 g Pr 34 g Lip 55 g HC   | 664 Kcal 27 g Pr 22 g Lip 88 g HC       | 626 Kcal 20 g Pr 33 g Lip 92 g HC      |  |
|                  |          |                                    | 2                                   | 9                                       | 16                                     | 23                                     |
| <b>VIERNES</b>   | PRIMEROS | Crema vegetal                      | Caldo gallego                       | Judías con chorizo                      | Judías con patata rehogada             | <b>FESTIVO</b>                         |
|                  | SEGUNDOS | Pollo guisado<br>con fideos        | Pavo estofado<br>Arroz              | Pollo al ajillo<br>Patatas fritas       | Arroz con bacalao                      |  |
|                  | POSTRE   | Fruta                              | Piña en su jugo                     | Fruta                                   | Gelatina                               |  |
|                  | VN       | 792 Kcal 41 g Pr 34 g Lip 75 g HC  | 809 Kcal 37 g Pr 41 g Lip 72 g HC   | 761 Kcal 30 g Pr 29 g Lip 88 g HC       | 779 Kcal 27 g Pr 39 g Lip 76 g HC      |  |