



COLEGIO GIOVANNI ANTONIO FARINA

MENÚ MARZO 2026

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Patatas guisadas con verduras
Pavo a la plancha
con judías verdes rehogadas
con jamón
Pan integral-manzana-leche

641Kcal. 34g Prot. 70g HC. 25g Lip.
Soja.

3

Arroz con tomate
Huevo frito / tortilla francesa
con champiñón al ajillo
Pan-naranja-leche

622Kcal. 27g Prot. 84gHC. 20g Lip.
Huevo.

4

Judías blancas con verduras
Pescadilla a la romana
con lechuga y tomate
Pan integral-pera-leche

713Kcal. 45g Prot. 80g HC. 25g Lip.
Pescado. Huevo. Gluten. Soja.

5

Crema de verduras
Albóndigas caseras
con guisantes con jamón
Pan-mandarina-leche

643Kcal. 30g Prot. 77g HC. 24g Lip.
Soja. Gluten. Huevo. Leche.

6

Lentejas estofadas con verduras
Palometa con tomate y menestra
de verduras
Pan-mix de frutas-leche

683Kcal. 39g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Soja. Pescado.

9

Sopa de estrellas
Milanesa de pollo
con lechuga y tomate
Pan integral-plátano-leche

645Kcal. 30g Prot. 75g HC. 25g Lip.
Soja. Huevo. Gluten.

10

Judías pintas con arroz integral
Perca a la plancha
con patatas alioli
Pan-manzana-leche

688Kcal. 39g Prot. 79g HC. 24g Lip.
Soja, pescado. Huevo.

11

Paella mixta
Salchichas y empanadillas
con lechuga y maíz
Pan integral-mandarina-leche

633Kcal. 30g Prot. 80g HC. 22g Lip.
Pescado. Crustáceos. Moluscos. Huevo. Gluten.

12

Garbanzos jardinera
Huevo cocido/tortilla francesa
con brócoli aliñado
Pan-pera-leche

667Kcal. 32g Prot. 85g HC. 22g Lip.
Soja, Huevo.

13

Crema de zanahorias
Salmón a la plancha
con lechuga y tomate
Pan - yogur - petit - mix de fruta

600Kcal. 30g Prot. 75g HC. 20g Lip.
Leche, pescado.

16

Lentejas estofadas
Lomo a la plancha
con menestra de verduras
Pan integral-naranja-leche

662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Lip.
Soja

17

Patatas guisadas con verduras
Pescadilla a la romana
con lechuga y tomate
Pan integral-flan casero-pera

673Kcal. 35g Prot. 80g HC. 25g Lip.
Pescado. Huevo. Gluten. Soja

18

Sopa juliana
Hamburguesa de ternera
con patatas dado.
Pan - manzana - Leche

634Kcal. 30g Prot. 84gHC. 20g Lip.
Gluten. Huevo. sulfitos

19

Judías blancas con chorizo
Bonito con tomate
y champiñón al ajillo
Pan-mandarina-leche

701Kcal. 49g Prot. 70g HC. 25g Lip.
Soja. Pescado.

20

Pasta integral
Huevo cocido/tortilla francesa
con lechuga y maíz
Pan- mix de frutas- Leche

662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Lip.
Gluten. Huevo.

23

Crema de verduras
Salmón a la plancha
con ensalada de tomate y aceitunas
Pan integral-plátano-leche

600Kcal. 30g Prot. 75g HC. 20g Lip.
Pescado.

24

Garbanzos jardinera
Croquetas caseras
con patatas alioli
Pan-pera-leche

707Kcal. 30g Prot. 79g HC. 29g Lip.
Soja. Gluten. Huevo. Leche

25

Pasta integral boloñesa
Huevo cocido/tortilla
con guisantes con jamón
Pan integral - Manzana - Leche

662Kcal. 37g Prot. 94gHC. 20g Lip.
Gluten. Huevo

26

Sopa de cocido
Magritos con tomate
y menestra de verduras
Pan-fresas-leche

643Kcal. 29g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Gluten, soja

27

Lentejas con arroz integral
Merluza a la plancha
con lechuga y tomate
Pan -mix de fruta - leche

683Kcal. 39g Prot. 80g HC. 23g Lip.
Pescado



SEMANA SANTA



Todos los menús contienen PAN y leche o lácteo y agua de la Red Pública.
INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011.
MENÚ VALIDADO POR: Carmen Gema Benito Fernández. Técnico en Nutrición CNEO