

# MENÚ SIN HUEVO FEBRERO, MARZO, ABRIL 2019

colegio reggio  
explora

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	Lasaña con carne y verduras Albóndigas de pescado en salsa Fruta	Crema de calabacín, brócoli y puerro Hamburguesa completa Fruta	Arroz tres delicias Filete de merluza a la plancha Yogurt	Espaguetis con salsa de tomate, cebolla y calabacín Jamoncitos de pollo en su jugo Fruta	Lentejas con quinoa Salchichas frescas de pavo con tomate Fruta
SEMANA 2	Arroz a la cubana Albóndigas de pavo guisadas Fruta	Crema de brócoli y patata Musaka con calabacín, cebolla, ternera, gratinado con puré de patatas y queso Fruta	Judías pintas con arroz Merluza en salsa verde Yogurt	Crema de brócoli y patata Muslos de pollo con salsa de cebolla y zanahoria Fruta	Ensalada de cuscus Pizza de jamón y queso Fruta
SEMANA 3	Lentejas estofadas con chorizo Empanadillas de atún, cebolla, tomate y ensalada Fruta	Judías verdes con patata Guiso de ternera con verduras Fruta	Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza con ensalada Yogurt	Ensalada tomate, atún y maíz Redondo de pavo en salsa Fruta	Paella de verduras Lomo adobado con puré de patata Fruta
SEMANA 4	Ensalada de garbanzos Filete de pollo a la plancha Fruta	Espaguetis a la boloñesa Verduras salteadas Fruta	Ensalada César (con aceite) Merluza con salsa de tomate Yogurt	Cocido completo Fruta	Arroz con tomate San Jacobo con verduras y quinoa Fruta
SEMANA 5	Macarrones con chorizo gratinados Filete de ternera Fruta	Crema de calabaza y puerro Pollo al horno con gajos de patata y calabacín Fruta	Judías pintas Filete de pescadilla Yogurt	Arroz con guisantes, zanahoria, tomate Salchichas frescas de pavo Fruta	Sopa de cocido Albóndigas de pollo en salsa Fruta
SEMANA 6	Tallarines con tomate Hamburguesa mixta Fruta	Sopa de cocido Guiso de ternera Fruta	Patatas a la riojana Salmón al horno en salsa Yogurt	Lentejas estofadas con verduritas Muslos de pollo en jugo de naranja el horno Fruta	Puré de calabaza Pavo salteado con manzana asada Fruta

## NOTAS:

- Todas nuestras salsas llevan las verduras trituradas. Toda la pasta es sin gluten