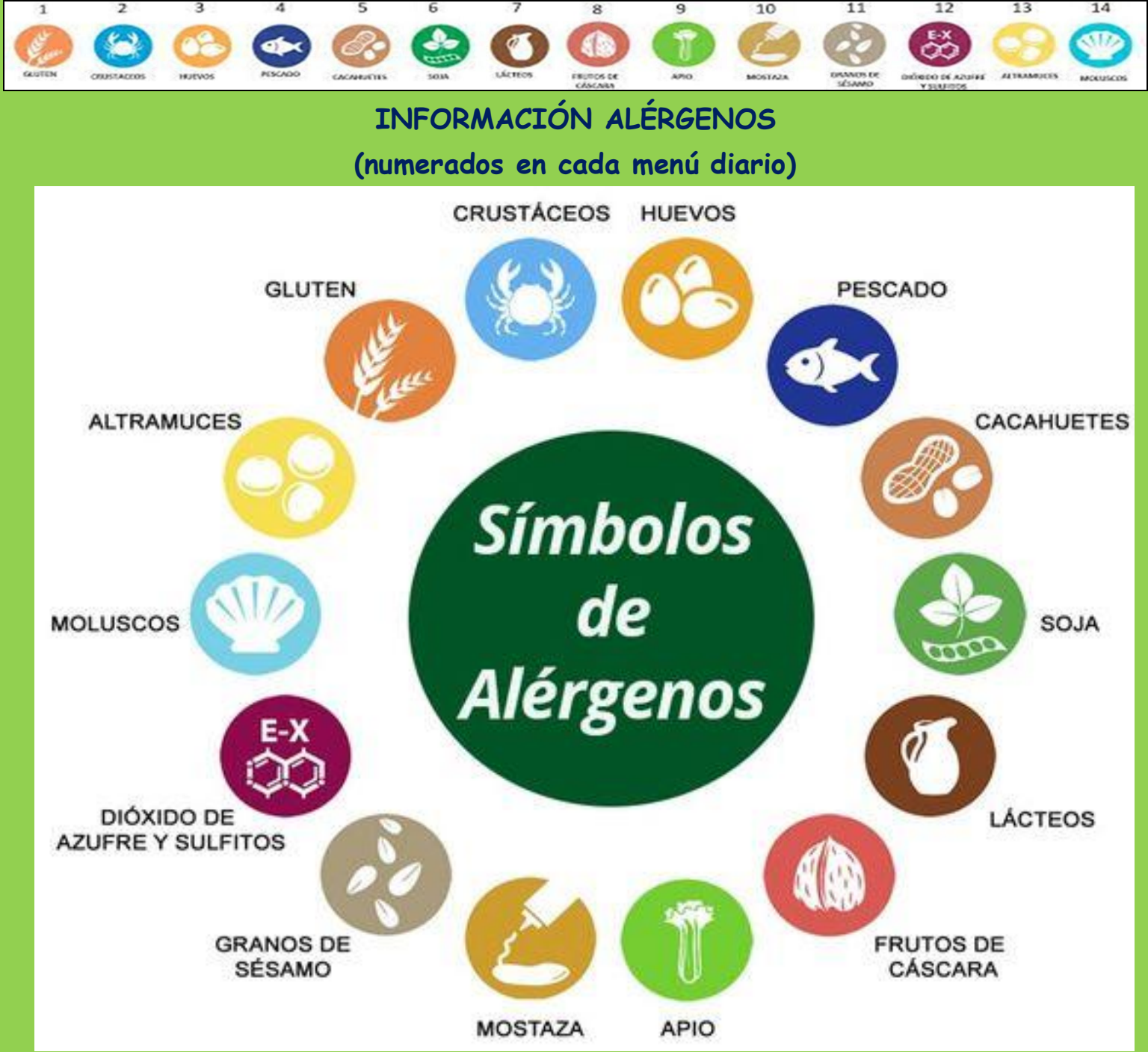


C P" VILLAFRÍA DE OTERO" - MENÚS MARZO 2025			
	LUNES 10 Lentejas Tortilla de bacon (3) Fruta	LUNES 17 Crema de verduras Roti de pavo guisado Fruta	LUNES 24 Pasta con tomate Huevos al plato(3) Fruta
	MARTES 11 Sopa juliana (1) Albóndigas con guarnición Yogur (7)	MARTES 18 Fabas canela Buñuelos de pescado (1,3,4) Fruta	MARTES 25 Ensalada mixta Pastel de carne Yogur (7)
MIÉRCOLES 5 Crema de brócoli Pescado a la romana (1,3,4) Yogur (7)	MIÉRCOLES 12 Guisantes a la francesa Filete de pollo a la plancha Fruta	MIÉRCOLES 19 Pasta con tomate y queso (7) Tortilla de atún (4) Yogur (7)	MIÉRCOLES 26 Negritos con arroz Bacalao al ajo arriero (4) Fruta
JUEVES 6 Macarrones con tomate Huevos a la mimosa (3) Fruta	JUEVES 13 Garbanzos estofados Salmón al horno (4) Fruta	JUEVES 20 Ensalada de tomate Lentejas con chorizo Fruta	JUEVES 27 Menestra Jamoncitos de pollo Fruta
VIERNES 7 Ensalada veneciana Pote asturiano Casadielles	VIERNES 14 Ensalada mixta Arroz con carne Fruta	VIERNES 21 Marmitaco (4) Lacón a la gallega Fruta	VIERNES 28 Sopa de fideos Garbanzos con compango Fruta
LUNES 31 Lentejas estofadas Pizza (1) Fruta			



ACLARACIONES MENÚ
Fruta fresca: No se especifica a diario, ya que se sirve en función del estado de maduración. Semanalmente se sirve manzana, plátano, naranja y kiwi. Pudiendo cambiar una de las frutas semanal por pera o fruta de temporada como fresa, uva, melón o sandía.
El aceite utilizado en las preparaciones será de oliva para las frituras y virgen extra en los aliños. La sal siempre yodada.
Como única bebida agua, que será de grifo y servido en jarra.
Se sirve una ración diaria de pan al alumnado.

RECOMENDACIONES PARA COMPLEMENTAR EL MENÚ ESCOLAR

Comedores
escolares DE ASTURIAS

Complementar el menú escolar: Comida y cena

	COMIDA	CENA
PRIMER PLATO	Hortalizas / verduras	Pasta, arroz o patata
	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortalizas / verduras
SEGUNDO PLATO	Carne	Pescado o huevo
	Huevo	Carne blanca o pescado
	Pescado	Huevo o carne blanca
	Legumbre	Carne blanca, pescado o huevo
GUARNICIÓN DEL SEGUNDO	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortalizas / verduras
	Hortalizas / verduras	Pasta, arroz o patata
POSTRE	Fruta fresca o lácteo	Fruta fresca