

MENÚ ABRIL



LUNES / Montag 6		MARTES / Dienstag 7		MIÉRCOLES / Mittwoch 8		JUEVES / Donnerstag 9		VIERNES / Freitag 10	
FESTIVO		LENTEJAS CON ARROZ <i>Linsen mit Reis</i>		ARROZ VON VERDURAS <i>Reis mit Gemüse</i>		ACELGAS REHOGADAS <i>Mangold mit sicherer Kartoffel</i>		MACARRONES INT. BOLOÑESA <i>Vollkornmakkaroni mit Bolognesesauce</i>	
		TORTILLA CON JAMÓN Y ENSALADA <i>Schinkenomelett mit Salat</i>		MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA <i>Gebackener Seehecht und Salat</i>		ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA Y ENSALADA <i>Gartenfleischbällchen und Salat</i>		PALOMETA CON SALSA TARTARA <i>Pomfret mit Remoulade</i>	
		FRUTA Obst		FRUTA Obst		FRUTA Obst		MANZANA ECOLÓGICA Obst	
		de 3 a 8 años Kcal: 580 Prot%:23 Lip %: 27 HC%:50	de 9 a 12 años Kcal:754 Prot%: 23 Lip %: 27 HC%:50	de 3 a 8 años Kcal: 577 Prot%: 22 Lip %: 26 HC%: 52	de 9 a 12 años Kcal: 750 Prot%: 22 Lip %: 26 HC%: 52	de 3 a 8 años Kcal: 579 Prot%:22 Lip %: 28 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 753 Prot%: 22 Lip %: 28 HC%: 50	de 3 a 8 años Kcal: 585 Prot%: 22 Lip %: 28 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 761 Prot%: 22 Lip %: 28 HC%: 50
LUNES / Montag 13		MARTES / Dienstag 14		MIÉRCOLES / Mittwoch 15		JUEVES / Donnerstag 16		VIERNES / Freitag 17	
ARROZ CON TOMATE <i>Reis mit Tomate</i>		GARBANZOS CON ESPINACAS <i>Kichererbsen mit Spinat</i>		BRÓCOLI CON PATATA <i>Brokkoli mit Kartoffeln</i>		ALUBIA BLANCA CON ZANAHORIA <i>Weißer Bohne mit Karotte</i>		ESPAGUETI INT. CARBONARA <i>Vollkornspaghetti mit Carbonara-Sauce</i>	
PAVO CON SALSA DE MANZANA <i>Truthahn mit Apfel und Salat</i>		HALIBUT EMPANADO Y ENSALADA <i>Heilbutt mit Salat</i>		LOMO CON SALSA DE NARANJA Y ENSALADA <i>Rinderleiste mit Pilzsoße und Salat</i>		HUEVOS CON BECHAMEL GRATINADOS Y ENSALADA <i>Hartgekochtes Ei mit Béchamelgratin und Salat</i>		MERLUZA AL ORIO Y ENSALADA <i>Gegrillter Seehecht und Salat</i>	
FRUTA Obst		LACTEO Milchprodukt		FRUTA Obst		FRUTA Obst		MANZANA ECOLÓGICA Obst	
de 3 a 8 años Kcal: 591 Prot%: 22 Lip %: 27 HC%: 51	de 9 a 12 años Kcal: 768 Prot%: 22 Lip %: 27 HC%: 51	de 3 a 8 años Kcal: 598 Prot%:23 Lip %: 29 HC%: 48	de 9 a 12 años Kcal: 777 Prot%: 23 Lip %: 29 HC%: 48	de 3 a 8 años Kcal: 575 Prot%: 22 Lip %: 26 HC%: 52	de 3 a 8 años Kcal: 748 Prot%: 22 Lip %: 26 HC%: 52	de 3 a 8 años Kcal: 588 Prot%: 23 Lip %: 28 HC%: 49	de 9 a 12 años Kcal: 765 Prot%: 23 Lip %: 28 HC%: 49	de 3 a 8 años Kcal: 591 Prot%: 21 Lip %: 29 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 768 Prot%: 21 Lip %: 29 HC%: 50
LUNES / Montag 20		MARTES / Dienstag 21		MIÉRCOLES / Mittwoch 22		JUEVES / Donnerstag 23		VIERNES / Freitag 24	
JUDÍAS VERDES CON PATATA <i>grüne Bohne mit Kartoffel</i>		ARROZ CON POLLO <i>Reis mit Huhn</i>		MACARRONES INT. CON QUESO <i>Vollkornmakkaroni und Käse</i>		FESTIVO		FESTIVO	
HAMBURGUESA CON ENSALADA <i>Hamburger und Salat</i>		TORTILLA PATATA Y ENSALADA <i>Kartoffelomelett und Salat</i>		PALOMETA EN SALSA PIQUILLO Y ENSALADA <i>Palometa in Piquillosauce und Salat</i>					
FRUTA Obst		LACTEO Milchprodukt		MANZANA ECOLÓGICA Obst					
de 3 a 8 años Kcal: 580 Prot%: 21 Lip %: 28 HC%: 51	de 9 a 12 años Kcal: 754 Prot%: 21 Lip %: 28 HC%: 51	de 3 a 8 años Kcal: 602 Prot%: 23 Lip %: 27 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 783 Prot%: 23 Lip %: 27 HC%: 50	de 3 a 8 años Kcal: 594 Prot%: 22 Lip %: 27 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 772 Prot%: 22 Lip %: 27 HC%: 50				
LUNES / Montag 27		MARTES / Dienstag 28		MIÉRCOLES / Mittwoch 29		JUEVES / Donnerstag 30		<p>Todos los segundos platos tienen guarnición de ensalada u hortalizas. Mínimo una ración de pan, será integral un día a la semana.</p>	
LENTEJAS CASERAS <i>Hausgemachte Linsen</i>		ARROZ CON CALMAR <i>Reis mit Tintenfisch</i>		BORRAJA CON PATATAS <i>Borretsch mit Kartoffeln</i>		ALUBIA PINTA CON HORTALIZAS <i>Bemalte Bohne mit Gemüse</i>			
TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y ENSALADA <i>Omelett mit Käse und Salat</i>		MERLUZA CON MAYONESA Y ENSALADA <i>Seehecht mit Mayonnaise und Salat</i>		LASAÑA CARNE CASERA Y ENSALADA <i>Lasagne mit Fleisch und Salat</i>		POLLO EMPANADO Y ENSALADA <i>Panierte Hähnchenbrust und Salat</i>			
FRUTA Obst		LACTEO Milchprodukt		FRUTA Obst		MANZANA ECOLÓGICA Obst			
de 3 a 8 años Kcal: 576 Prot%: 23 Lip %: 27 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 749 Prot%: 23 Lip %: 27 HC%: 50	de 3 a 8 años Kcal: 596 Prot%: 22 Lip %: 28 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 775 Prot%:22 Lip %: 28 HC%: 50	de 3 a 8 años Kcal: 588 Prot%: 21 Lip %: 29 HC%: 50	de 9 a 12 años Kcal: 765 Prot%: 21 Lip %: 29 HC%: 50	de 3 a 8 años Kcal: 603 Prot%: 23 Lip %: 28 HC%: 49	de 9 a 12 años Kcal: 784 Prot%: 23 Lip %: 28 HC%: 49		

 PRODUCTO ECOLÓGICO PROCEDENTE DE BIOHUERTA (BOTORRITA, ZARAGOZA)

 PRODUCTO INTEGRAL

<http://www.cepomargaritasalas.celadas>

 email: comedor@margaritasalas@gmail.com

 Valoración Nutricional por Asociación de Celaguia Aragonesa Nim Colaguia ARA00231

Tel. 976554095