



# MENÚ

MARZO 2023

YAGO SCHOOL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		<p>01</p> <p>ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE COL YOGUR PAN BLANCO</p> <p>655,16 Kcal 26,75 Prot. 20,81 Lip. 93,37 HC</p>	<p>02</p> <p>SOPA DE ESTRELLITAS LOMO CON SALSA AL WHISKY PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>657,24 Kcal 30,53 Prot. 20,96 Lip. 82,31 HC</p>	<p>03</p> <p>CREMA DE VERDURAS GALLO SAN PEDRO A LA SICILIANA ENSALADA DE MAR FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>513,16 Kcal 26,03 Prot. 16,55 Lip. 62,36 HC</p>
<p>06</p> <p>CANELONES DE CARNE REVUELTO DE BACON PANACHE DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN INTEGRAL</p> <p>738,8 Kcal 31,11 Prot. 40,83 Lip. 57,45 HC</p>	<p>07</p> <p>ALUBIAS PINTAS CON PATATAS SALCHICHAS AL VINO ENSALADA VARIADA FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>677,67 Kcal 26,61 Prot. 28,57 Lip. 70,81 HC</p>	<p>08</p> <p>PAELLA MIXTA PAVO EN SALSA PATATAS AL HORNO FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>818,26 Kcal 39,87 Prot. 27,05 Lip. 99,48 HC</p>	<p>09</p> <p>GUISO DE PATATAS CON CARNE CROQUETAS DE POLLO ENSALADA DE ZANAHORIAS FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>644,97 Kcal 18,17 Prot. 19,43 Lip. 93,14 HC</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE CALABACIN CON AROMA DE HINOJO BACALAO GRATINADO PISTO YOGUR NATURAL CON TOPPING PAN BLANCO</p> <p>503,95 Kcal 26,75 Prot. 18,7 Lip. 52,59 HC</p>
<p>13</p> <p>CODITOS CON CHORIZO EMPANADILLAS DE ATUN SALTEADO DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN INTEGRAL</p> <p>817,05 Kcal 25,89 Prot. 27,13 Lip. 112,39 HC</p>	<p>14</p> <p>GUISANTES CON JAMÓN HAMBURGUESA CON QUESO ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>749,32 Kcal 36,01 Prot. 28,29 Lip. 60,42 HC</p>	<p>15</p> <p>ARROZ A LA AMERICANA POLLO EN SALSA CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>726,14 Kcal 36,5 Prot. 23,72 Lip. 88,12 HC</p>	<p>16</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA FOGONERO CON SALTA DE PIQUILLO PATATAS PANADERAS AL HORNO FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>499,69 Kcal 19,4 Prot. 10,95 Lip. 75,36 HC</p>	<p>17</p> <p>GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA FRANCESA TOMATE ALIÑADO YOGUR PAN BLANCO</p> <p>620,87 Kcal 30,66 Prot. 21,19 Lip. 76,68 HC</p>
<p>20</p> <p>WOK DE PASTA CON VERDURAS Y BACON RABAS DE CALAMAR ALIÑO DE ZANAHORIAS FRUTA FRESCA PAN INTEGRAL</p> <p>638,28 Kcal 17,15 Prot. 21,04 Lip. 88,86 HC</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE ESTRELLAS ALBONDIGAS EN SALSA ESPAÑOLA CALABACIN REBOZADO YOGUR NATURAL CON TOPPING PAN BLANCO</p> <p>686,85 Kcal 31,48 Prot. 27,23 Lip. 75,3 HC</p>	<p>22</p> <p>ALUBIA ROJA THAI CON BONIATO Y ARROZ BASMATI PAVO EN SALSA ENSALADA MIXTA FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>739,26 Kcal 39,81 Prot. 25,93 Lip. 77,72 HC</p>	<p>23</p> <p>PAELLA LOMO DE MERLUZA CON SALSA AMERICANA ZANAHORIA BABY SALTEADA FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>616,97 Kcal 27,01 Prot. 12,69 Lip. 94,01 HC</p>	<p>24</p> <p>PATATAS MARINERA REVUELTO DE PATATAS CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL FLAN DE VAINILLA PAN BLANCO</p> <p>660,54 Kcal 26,02 Prot. 21,29 Lip. 86,09 HC</p>
<p>27</p> <p>MACARRONES CON TOMATE FOGONERO CON SALSA DE PUERRO Y AZAFRÁN BROCOLI SALTEADO FRUTA FRESCA PAN INTEGRAL</p> <p>574,53 Kcal 29,2 Prot. 12,98 Lip. 78,46 HC</p>	<p>28</p> <p>CREMA DE CALABACIN BODADITOS DE POLLO SALTEADOS CON MANGO Y SOJA ENSALADA DE MAIZ CON ACEITUNAS FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>528,93 Kcal 25,62 Prot. 20,3 Lip. 56,71 HC</p>	<p>29</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS ESTOFADO DE TERNERA PATATAS AL HORNO YOGUR PAN BLANCO</p> <p>828,56 Kcal 38,29 Prot. 33,74 Lip. 87,65 H</p>	<p>30</p> <p>ARROZ CON CARNE Y ALCACHOFA CABALLA EN SALSA CON TOMATE SALTEADO DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN BLANCO</p> <p>694,19 Kcal 29,31 Prot. 20,71 Lip. 91,83 HC</p>	<p>31</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO TORTILLA DE PATATAS ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO NATILLAS PAN BLANCO</p> <p>727,15 Kcal 26,91 Prot. 25,91 Lip. 89,43 HC</p>



# MENÚ

## MARCH 2023

## YAGO SCHOOL

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

		<p style="text-align: right;">01</p> <p>RICE IN TOMATO SAUCE FRENCH OMELET CABBAGE SALAD YOGHURT FRESH BREAD</p> <p>655,16 Kcal 26,75 Prot. 20,81 Lip. 93,37 HC</p>	<p style="text-align: right;">02</p> <p>STARS SOUP PORK LOIN IN SAUCE FRIES FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>657,24 Kcal 30,53 Prot. 20,96 Lip. 82,31 HC</p>	<p style="text-align: right;">03</p> <p>VEGETABLES SOUP FISH IN SAUCE SEAFOOD SALAD FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>513,16 Kcal 26,03 Prot. 16,55 Lip. 62,36 HC</p>
<p style="text-align: right;">06</p> <p>MEAT CANNELLONI SCRAMBLED EGGS WITH BACON VEGETABLES PANACHE FRESH FRUIT WHOLEMALE BREAD</p> <p>738,8 Kcal 31,11 Prot. 40,83 Lip. 57,45 HC</p>	<p style="text-align: right;">07</p> <p>BLACK BEANS WITH POTATOES SAUSAGES WITH WINE SALAD FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>677,67 Kcal 26,61 Prot. 28,57 Lip. 70,81 HC</p>	<p style="text-align: right;">08</p> <p>MIXED PAELLA TURKEY IN SAUCE BAKED POTATOES FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>818,26 Kcal 39,87 Prot. 27,05 Lip. 99,48 HC</p>	<p style="text-align: right;">09</p> <p>STEWED POTATOES WITH MEAT CHICKEN CROQUETTES CARROTS SALAD FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>644,97 Kcal 18,17 Prot. 19,43 Lip. 93,14 HC</p>	<p style="text-align: right;">10</p> <p>CREAM OF COURGETTE COD AU GRATIN VEGETABLES WITH TOMATO YOGHURT WITH TOPPING FRESH BREAD</p> <p>503,95 Kcal 26,75 Prot. 18,7 Lip. 52,59 HC</p>
<p style="text-align: right;">13</p> <p>PASTAS WITH "CHORIZO" TUNA DUMPLINGS SAUTEED VEGETABLES FRESH FRUIT WHOLEMALE BREAD</p> <p>817,05 Kcal 25,89 Prot. 27,13 Lip. 112,39 HC</p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>PEAS WITH HAM BURGER WITH CHEESE SWEETCORN AND CARROT SALAD FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>749,32 Kcal 36,01 Prot. 28,29 Lip. 60,42 HC</p>	<p style="text-align: right;">15</p> <p>AMERICAN RICE CHICKEN IN SAUCE SAUTEED MUSHROOMS WITH GARLIC AND PARSLEY FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>726,14 Kcal 36,5 Prot. 23,72 Lip. 88,12 HC</p>	<p style="text-align: right;">16</p> <p>CREAM OF CARROTS FISH IN SAUCE BAKED POTATOES FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>499,69 Kcal 19,4 Prot. 10,95 Lip. 75,36 HC</p>	<p style="text-align: right;">17</p> <p>CHICKPEAS STEW FRENCH OMELET TOMATO SALAD YOGHURT FRESH BREAD</p> <p>620,87 Kcal 30,66 Prot. 21,19 Lip. 76,68 HC</p>
<p style="text-align: right;">20</p> <p>PASTA WOK WITH VEGETABLES AND BACON FRIED SQUID CARROT SALAD FRESH FRUIT WHOLEMALE BREAD</p> <p>638,28 Kcal 17,15 Prot. 21,04 Lip. 88,86 HC</p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p>STARS SOUP MEATBALLS IN SPANISH SAUCE BREADED COURGETTE YOGHURT WITH TOPPING FRESH BREAD</p> <p>686,85 Kcal 31,48 Prot. 27,23 Lip. 75,3 HC</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p>RED BEAN THAI WITH BASMATI RICE AND SWEET POTATO TURKEY IN SAUCE MIXED SALAD FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>739,26 Kcal 39,81 Prot. 25,93 Lip. 77,72 HC</p>	<p style="text-align: right;">23</p> <p>PAELLA HAKE IN SAUCE SAUTEED BABY CARROTS FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>616,97 Kcal 27,01 Prot. 12,69 Lip. 94,01 HC</p>	<p style="text-align: right;">24</p> <p>SEAFOOD POTATOES SCRAMBLED POTATOES SAUTEED MUSHROOMS WITH GARLIC AND PARSLEY VANILLA FLAN FRESH BREAD</p> <p>660,54 Kcal 26,02 Prot. 21,29 Lip. 86,09 HC</p>
<p style="text-align: right;">27</p> <p>PASTA IN TOMATO SAUCE FISH IN SAUCE SAUTEED BROCCOLI FRESH FRUIT WHOLEMALE BREAD</p> <p>574,53 Kcal 29,2 Prot. 12,98 Lip. 78,46 HC</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>CREAM OF COURGETTE MARINATED CHICKEN SWEET CORN SALAD WITH OLIVES FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>528,93 Kcal 25,62 Prot. 20,3 Lip. 56,71 HC</p>	<p style="text-align: right;">29</p> <p>STEWED LENTILS BEEF STEW BAKED POTATOES YOGHURT FRESH BREAD</p> <p>828,56 Kcal 38,29 Prot. 33,74 Lip. 87,65 H</p>	<p style="text-align: right;">30</p> <p>RICE WITH MEAT AND ANTICHOKES FISH IN TOMATO SAUCE SAUTEED VEGETABLES FRESH FRUIT FRESH BREAD</p> <p>694,19 Kcal 29,31 Prot. 20,71 Lip. 91,83 HC</p>	<p style="text-align: right;">31</p> <p>CHICPEAS WITH COD SPANISH OMELET TOMATO SALAD WITH CHEESE CUSTARD FRESH BREAD</p> <p>727,15 Kcal 26,91 Prot. 25,91 Lip. 89,43 HC</p>