



## Colegio Diocesano Sagrado Corazón de Jesús

### Propuestas de cenas – marzo 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Día 28</b>	<b>Día 1</b>	<b>Día 2</b>	<b>Día 3</b>	<b>Día 4</b>
Picadillo de tomate Calamares a la plancha con verduras salteadas Yogur	Crema de guisantes Huevo pasado por agua con jamón Yogur	Pimentada Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogur	Crema de verduras Pinchitos de pollo con lechuga Fruta del tiempo	Caldo con fideos Lenguado a la plancha con pisto Yogur
<b>Día 7</b>	<b>Día 8</b>	<b>Día 9</b>	<b>Día 10</b>	<b>Día 11</b>
Arroz tres delicias Hamburguesa de pollo con ensalada mixta Fruta del tiempo	Ensalada de espárragos blancos Pescado cocido con verduras Yogur	Espárragos salteados con jamón Empanadilla de atún Yogur	Judías verdes aliñadas Tortilla a la francesa con gambas Yogur	Salmorejo Merluza a la plancha con guisantes Yogur
<b>Día 14</b>	<b>Día 15</b>	<b>Día 16</b>	<b>Día 17</b>	<b>Día 18</b>
Picadillo de tomate Lenguado a la plancha con verduras salteadas Yogur	Crema de guisantes Huevo pasado por agua con jamón Yogur	Salmorejo Pescado frito con pisto Yogur	Pimentada Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogur	Pan tostado con queso fresco Revuelto de ajetes y espárragose Fruta del tiempo
<b>Día 21</b>	<b>Día 22</b>	<b>Día 23</b>	<b>Día 24</b>	<b>Día 25</b>
Crema de calabacín Tortilla de berenjenas con tomate abierto Yogur	Tomate abierto Porción de pizza con atún Yogur	Caldo de verduras Cinta de lomo con guisantes salteados Fruta del tiempo	Salmorejo Hamburguesa de pollo con cebolla, lechuga y tomate Yogur	Espárragos blancos aliñados Salmón con verduras al papillote Yogur
<b>Día 28</b>	<b>Día 29</b>	<b>Día 30</b>	<b>Día 31</b>	<b>Día 1</b>
Picadillo de tomate Lenguado a la plancha con verduras salteadas Yogur	Crema de guisantes Huevo pasado por agua con jamón Yogur	Pan tostado con queso fresco Revuelto de ajetes, espárragos y jamón Yogur	Salmorejo Lomo adobado con pisto Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogur

*NOTA: Todas las cenas deberán ser acompañadas por pan blanco/integral o picos y agua.*