



**MENU MARZO 2018. COLEGIO SAFA**  
**BASAL**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
<b>BASAL</b>				<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>SALMÓN AL HORNO</b>  <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>PAN Y YOGURT</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	5	6	7	8	9
<b>BASAL</b>	<p align="center"> <b>POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>GALLINETA EMPANADA</b>  <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA DE CALABACÍN</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON POLLO</b>  <b>CAELLA EN SALSA AMARILLA</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON JUDÍAS VERDES Y CALABAZA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO AL LIMÓN CON PATATAS</b>  <b>PANADERAS</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	12	13	14	15	16
<b>BASAL</b>	<p align="center"> <b>CREMA DE ZANAHORIAS ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA CON PATATAS</b>  <b>PARISINAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA</b>  <b>TILAPIA AL HORNO EN SALSA VERDE</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>POTAJE DE GARBANZOS</b>  <b>NUGGET DE POLLO CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA</b>  <b>TOMATE Y MAÍZ</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ A LA MARINERA CON MERLUZA Y TROZOS DE POTA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA DE VERDURAS</b>  <b>CON ENSALADA DE LECHUGA Y LOMBARDA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>
	19	20	21	22	23
<b>BASAL</b>	<p align="center"> <b>POTAJE DE JUDIAS MICHIGAN</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>BACALAO AL HORNO EN SALSA VERDE</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ SALTEADO CON SALSA DE TOMATE</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA DE VERDURAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>SOPA DE VERDURAS Y ARROZ</b>  <b>HUEVOS EMPANADOS A LA BECHAMEL CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>YOGUR Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>CREMA DE SIETE VERDURAS</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO CON PATATAS FRITAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>



**MENU MARZO 2018. COLEGIO SAFA**  
**SIN LÁCTEOS PLV Y FRUTOS SECOS**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
<b>SIN LÁCTEOS</b>				<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>SALMÓN AL HORNO</b>  <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>PAN Y YOGURT</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	5	6	7	8	9
<b>SIN LÁCTEOS</b>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>LIMANDA AL HORNO</b>    <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA DE CALABACÍN</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON POLLO</b>  <b>CAELLA EN SALSA AMARILLA</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON JUDÍAS VERDES Y CALABAZA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO AL LIMÓN CON PATATAS</b>  <b>PANADERAS</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	12	13	14	15	16
<b>SIN LÁCTEOS</b>	<p align="center"> <b>CREMA DE ZANAHORIAS ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS</b>  <b>PARISINAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA</b>  <b>TILAPIA AL HORNO EN SALSA VERDE</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>POTAJE DE GARBANZOS LOMO DE CERDO A LA PLANCHA</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA</b>  <b>TOMATE Y MAÍZ</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ A LA MARINERA CON MERLUZA Y TROZOS DE POTA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA DE VERDURAS</b>  <b>CON ENSALADA DE LECHUGA Y LOMBARDA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>
	19	20	21	22	23
<b>SIN LÁCTEOS</b>	<p align="center"> <b>POTAJE DE JUDIAS MICHIGAN</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>BACALAO AL HORNO</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ SALTEADO CON SALSA DE TOMATE</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>SOPA DE VERDURAS Y ARROZ</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>YOGUR Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>CREMA DE SIETE VERDURAS</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO CON PATATAS FRITAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>



**MENU MARZO 2018. COLEGIO SAFA**  
**SIN LEGUMBRES NI FRUTOS SECOS**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
SIN LEGUMBRES NI FRUTOS SECOS				<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>SALMÓN AL HORNO</b>  <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>PAN Y YOGURT</b> </p>	<p align="center"> <b>PURÉ DE ARROZ ZANAHORIA PUERRO Y TERNERA</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	5	6	7	8	9
SIN LEGUMBRES NI FRUTOS SECOS	<p align="center"> <b>CREMA DE CALABACÍN LIMANDA AL HORNO</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ESTOFADO DE PATATAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA DE CALABACÍN</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON POLLO</b>  <b>CAELLA EN SALSA AMARILLA</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>PURÉ DE PATATAS CALABAZA ZANAHORIAS</b>  <b>PUERRO Y MERLUZA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO AL LIMÓN CON PATATAS</b>  <b>PANADERAS</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	12	13	14	15	16
SIN LEGUMBRES NI FRUTOS SECOS	<p align="center"> <b>CREMA DE ZANAHORIAS ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS</b>  <b>PARISINAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA</b>  <b>TILAPIA AL HORNO EN SALSA VERDE</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>LOMO DE CERDO A LA PLANCHA</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>ESTOFADO DE PATATAS CON MAGRO DE CERDO</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA</b>  <b>TOMATE Y MAÍZ</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ A LA MARINERA CON MERLUZA Y TROZOS DE POTA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA DE VERDURAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y LOMBARDA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>
	19	20	21	22	23
SIN LEGUMBRES NI FRUTOS SECOS	<p align="center"> <b>ESTOFADO DE PATATAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON POLLO</b>  <b>BACALAO AL HORNO</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ SALTEADO CON SALSA DE TOMATE</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA DE VERDURAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>SOPA DE VERDURAS Y ARROZ</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>YOGUR Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>CREMA DE SIETE VERDURAS</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO CON PATATAS FRITAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>



**MENU MARZO 2018. COLEGIO SAFA**  
**SIN PESCADO**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2
<b>SIN PESCADO</b>				<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b>  <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>PAN Y YOGURT</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	5	6	7	8	9
<b>SIN PESCADO</b>	<p align="center"> <b>POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>LOMO DE CERDO A LA PLANCHA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA DE CALABACÍN</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON POLLO</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON JUDÍAS VERDES Y CALABAZA</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO AL LIMÓN CON PATATAS</b>  <b>PANADERAS</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>
	12	13	14	15	16
<b>SIN PESCADO</b>	<p align="center"> <b>CREMA DE ZANAHORIAS ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS</b>  <b>PARISINAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA</b>  <b>LOMO DE CERDO A LA PLANCHA</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>POTAJE DE GARBANZOS</b>  <b>NUGGET DE POLLO CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>PAN Y FRUTA</b> </p>	<p align="center"> <b>LENTEJAS CON VERDURAS</b>  <b>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA</b>  <b>TOMATE Y MAÍZ</b>  <b>PAN Y YOGUR</b> </p>	<p align="center"> <b>GUISO DE ARROZ CON VERDURAS</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA DE VERDURAS</b>  <b>CON ENSALADA DE LECHUGA Y LOMBARDA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>
	19	20	21	22	23
<b>SIN PESCADO</b>	<p align="center"> <b>POTAJE DE JUDIAS MICHIGAN</b>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>COCIDO DE GARBANZOS CON VERDURAS</b>  <b>CHURRASQUITO DE POLLO</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>ARROZ SALTEADO CON SALSA DE TOMATE</b>  <b>MAGRO DE CERDO EN SALSA</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>SOPA DE VERDURAS Y ARROZ</b>  <b>HUEVOS EMPANADOS A LA BECHAMEL CON TOMATE ALIÑADO</b>  <b>YOGUR Y PAN</b> </p>	<p align="center"> <b>CREMA DE SIETE VERDURAS</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO CON PATATAS FRITAS</b>  <b>FRUTA Y PAN</b> </p>