

# menú *menú* Abril 2024



# MENÚ BASAL MADRIGAL



	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
	<b>FIDEUÁ</b> Fideua CROQUETAS DE POLLO Chicken croquettes PATATAS FRITAS Chips FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS</b> Stewed red beans TORTILLA DE YORK York omelette ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	<b>ARROZ TRES DELICIAS</b> Rice three delicias FILETE DE MERLUZA EN SALSA Hake fillet in sauce GUISANTES, ZANAHORIA Peas, carrot FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</b> Stew soup with noodles COCIDO COMPLETO (GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIA) Complete stew chickpeas, blood sausage, chorizo, potato and carrot FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
<b>LUNES 8</b>	<b>MARTES 9</b>	<b>MIÉRCOLES 10</b>	<b>JUEVES 11</b>	<b>VIERNES 12</b>
<b>LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS</b> Stewed homemade lentils TORTILLA DE PATATA Potato omelette ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE Lettuce and tomato salad YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	<b>CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA</b> Seasonal vegetable cream HAMBURGUESA A LA PLANCHA Grilled hamburger PATATAS FRITAS Chips FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>PAELLA CON VERDURAS Y MAGRO</b> Paella with vegetables and lean MERLUZA AL HORNO Grilled hake ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	<b>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS</b> Stewed white beans CINTA DE LOMO A LA PLANCHA Grilled spine tape ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA Tomato and onion salad FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE</b> Macaroni with tomato sauce ESCALOPE DE POLLO Chicken schnitzel ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA Lettuce and carrot salad FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
<b>LUNES 15</b>	<b>MARTES 16</b>	<b>MIÉRCOLES 17</b>	<b>JUEVES 18</b>	<b>VIERNES 19</b>
<b>ARROZ BLANCO CON SALCHICHAS Y TOMATE</b> White rice with sausages and tomato EMPANADILLAS DE ATÚN Tuna patties ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	<b>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS</b> Stewed red beans TORTILLA DE ATÚN Tuna omelette ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA Lettuce and corn salad FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>CREMA DE PUERRO Y CALABACÍN</b> Leek and zucchini cream POLLO ASADO Grilled chicken PATATAS PANADERA Baker potatoes FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	<b>ESPAGUETI CON NATA Y BEICON</b> Spaguetti with cream and bacon MERLUZA REBOZADA Battered hake ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA Lettuce and onion salad FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</b> Stew soup with noodles COCIDO COMPLETO (GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIA) Complete stew chickpeas, blood sausage, chorizo, potato and carrot FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
<b>LUNES 22</b>	<b>DIA DEL LIBRO</b>	<b>MIÉRCOLES 24</b>	<b>JUEVES 25</b>	<b>VIERNES 26</b>
<b>LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS</b> Stewed homemade lentils with vegetables TORTILLA DE PATATA Potato omelette ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA Tomato and onion salad YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	<b>SOPA DE ESTRELLITAS</b> Star soup LIBRITOS DE LOMO Spine books ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>CREMA DE VERDURAS</b> Vegetable cream ALBONDIGAS EN SALSA Meatballs in sauce PATATAS DADO Diced potatoes FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	<b>CODITOS CON ATÚN Y TOMATE</b> Pasta with tuna and tomato VENTRESCA DE MERLUZA Hake belly GUISANTES Y ZANAHORIA Peas, carrot FRUTA, PAN Fruit, bread	<b>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS</b> Stewed red beans ESCALOPE DE POLLO Chicken schnitzel PATATAS FRITAS Chips FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
<b>LUNES 29</b>	<b>MARTES 30</b>	<p>Cocinamos con Aceite Alto Oleico</p>		
<b>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE</b> Macaroni with tomato sauce FILETE DE MERLUZA EN SALSA Hake fillet in sauce GUISANTES Y ZANAHORIA Peas, carrot YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	<b>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS</b> Stewed white beans TORTILLA DE PAVO Turkey omelette ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA Tomato and onion salad FRUTA, PAN Fruit, bread			

# CENAS

# COLEGIO MADRIGAL



*SI HEMOS COMIDO ..... PODEMOS CENAR .....*

- |                                   |                                       |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| Cereales, féculas o legumbres ... | Hortalizas crudas o legumbres cocidas |
| Verduras .....                    | Cereales o féculas                    |
| Carne .....                       | Pescado o huevo                       |
| Pescado .....                     | Carne magra o huevo                   |
| Huevo .....                       | Pescado o carne magra                 |
| Fruta .....                       | Lácteos o fruta                       |
| Lácteos .....                     | Fruta                                 |



*IF WE HAVE EATEN ..... WE CAN HAVE DINNER ..*

- |                                    |                                  |
|------------------------------------|----------------------------------|
| Cereals, starches or legumes ..... | Raw vegetables or cooked legumes |
| Vegetables .....                   | Cereals or starches              |
| Meat .....                         | Fish or egg                      |
| Fish .....                         | Lean meat or egg                 |
| Egg .....                          | Fish or lean meat                |
| Fruit .....                        | Dairy or fruit                   |
| Dairy .....                        | Fruta                            |



## COMEDOR SALUDABLE



[www.madchef.es](http://www.madchef.es)  
[madchefsinfo@gmail.com](mailto:madchefsinfo@gmail.com)  
 652 471 157