



MENÚ BASAL MADRIGAL



menú Abril 2025

LUNES 7 MONDAY	MARTES 8 TUESDAY	MIÉRCOLES 9 WEDNESDAY	JUEVES 10 THURSDAY	VIERNES 4 FRIDAY
MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Macaroni with tomato sauce SALMÓN AL HORNO Grilled salmon ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA Lettuce and carrot salad YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	JUDÍAS VERDES REHOGADAS Sauteed green beans ALBÓNDIGAS EN SALSA Meatball in sauce PATATAS DADO Diced potatoes FRUTA, PAN Fruit, bread	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS Stew soup with noodles COCIDO COMPLETO (GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIA) Complete stew chickpeas, blood sausage, chorizo, potato and carrot FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	PAELLA MARINERA Seafood rice TORTILLA DE YORK York omelette SALSA DE TOMATE Tomato sauce FRUTA, PAN Fruit, bread	ESPAGUETIS CON ATÚN Y TOMATE Spaguetti with tuna and tomato MERLUZA EN SALSA Hake in sauce GUISANTES, ZANAHORIA Peas, carrot FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Macaroni with tomato sauce SALMÓN AL HORNO Grilled salmon ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA Lettuce and carrot salad YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	JUDÍAS VERDES REHOGADAS Sauteed green beans ALBÓNDIGAS EN SALSA Meatball in sauce PATATAS DADO Diced potatoes FRUTA, PAN Fruit, bread	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS Stew soup with noodles COCIDO COMPLETO (GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIA) Complete stew chickpeas, blood sausage, chorizo, potato and carrot FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	PAELLA MARINERA Seafood rice TORTILLA DE YORK York omelette SALSA DE TOMATE Tomato sauce FRUTA, PAN Fruit, bread	ESPAGUETIS CON ATÚN Y TOMATE Spaguetti with tuna and tomato MERLUZA EN SALSA Hake in sauce GUISANTES, ZANAHORIA Peas, carrot FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread



Feliz Semana Santa !!

LUNES 28 MONDAY	MARTES 29 TUESDAY	MIÉRCOLES 30 WEDNESDAY	JUEVES 24 THURSDAY	VIERNES 25 FRIDAY
CREMA DE CALABAZA Pumpkin cream ESCALOPE DE POLLO Chicken schnitzel PATATAS FRITAS Fried potatoes YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	FIDEUÁ Fideua TORTILLA DE QUESO Cheese omelette ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad FRUTA, PAN Fruit, bread	SOPA DE ESTRELLITAS Star soup LIBRITOS DE LOMO Spine books PATATAS FRITAS Fried potatoes FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA Seasonal vegetable cream TORTILLA DE PAVO Turkey omelette ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA Tomato and onion salad FRUTA, PAN Fruit, bread	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS Stewed white beans MERLUZA AL HORNO Grilled hake ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE Lettuce and tomato salad FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread
CREMA DE CALABAZA Pumpkin cream ESCALOPE DE POLLO Chicken schnitzel PATATAS FRITAS Fried potatoes YOGUR, PAN INTEGRAL Yogurt, wholemeal bread	FIDEUÁ Fideua TORTILLA DE QUESO Cheese omelette ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ Lettuce and corn salad FRUTA, PAN Fruit, bread	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS Stew soup with noodles COCIDO COMPLETO (GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIA) Complete stew chickpeas, blood sausage, chorizo, potato and carrot FRUTA, PAN INTEGRAL Fruit, wholemeal bread	CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA Seasonal vegetable cream TORTILLA DE PAVO Turkey omelette ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA Tomato and onion salad FRUTA, PAN Fruit, bread	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS Stewed white beans MERLUZA AL HORNO Grilled hake ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE Lettuce and tomato salad FRUTA, LECHE, PAN Fruit, milk, bread

PAN INTEGRAL
dos veces a la semana



MAD CHEF



COMIDA	1	2	3	4	7	8	9	10	22	23	24	25	28	29	30
KCAL	744	690	657	966	583	599	800	629	708	656	502	753	703	670	574
PROT	25	23	24	57	29	25	36	18	18	24	16	32	24	24	24
GRS	33	30	24	27	19	27	21	26	18	34	21	35	41	26	14
HC	80	77	80	116	71	57	103	79	111	60	59	67	56	81	80

CENAS

COLEGIO MADRIGAL



<i>SI HEMOS COMIDO</i>	<i>PODEMOS CENAR</i>
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



<i>IF WE HAVE EATEN</i>	<i>WE CAN HAVE DINNER ..</i>
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




www.madchef.es
madchefsinfo@gmail.com
 652 471 157