

## MENÚ ÁTICO COMEDOR UNIVERSITARIO DE LA E.T.S.I. DEL 10 AL 14 DE MARZO DE 2025

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PRIMER PLATO</b>	<p>LENTEJAS A LA CASTELLANA</p> <p>JUDÍAS VERDES A LA PROVENZAL CON PATATAS</p>	<p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>BRÓCOLI CON ZANAHORIAS AL VAPOR</p>	<p>GARBANZOS CON CHORIZO</p> <p>ESPINACAS SALTEADAS</p>	<p>PATATAS CON CHOCO</p> <p>PURÉ DE CALABAZA</p>	<p>POTE GALLEGO</p> <p>ENSALADA DE PATATAS ALIÑADAS</p>
<b>PLATO COMBINADO</b>	<p>COSTILLAS DE CERDO A LA BARBACOA</p> <p>SARDINA EN ESCABECHE</p>	<p>LOMO DE SAJONIA A LA PLANCHA</p> <p>CALAMARES A LA MARINERA</p>	<p>ALITAS DE POLLO</p> <p>HUEVO A LA CARBONARA</p>	<p>JAMÓN DE CERDO A LA ZÍNGARA</p> <p>BOQUERONES FRITOS</p>	<p>HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS</p> <p>CANELONES DE ESPINACAS</p>
<b>BOL EXTRA GUARNICIÓN</b>	<p>ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE</p> <p>ARROZ SALTEADO</p>	<p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA</p> <p>COUS-COUS CON VERDURAS</p>	<p>ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA</p> <p>ARROZ REHOGADO</p>	<p>ENSALADA VERDE</p> <p>ARROZ CON SALSA VERDE</p>	<p>ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y ZANAHORIA</p> <p>PATATAS FRITAS</p>
<b>PAN Y POSTRE</b>	<p>PAN BLANCO O INTEGRAL</p> <p>FRUTA FRESCA DE TEMPORADA O YOGUR O POSTRE LÁCTEO</p>	<p>PAN BLANCO O INTEGRAL</p> <p>FRUTA FRESCA DE TEMPORADA O YOGUR O POSTRE LÁCTEO</p>	<p>PAN BLANCO O INTEGRAL</p> <p>FRUTA FRESCA DE TEMPORADA O YOGUR O POSTRE LÁCTEO</p>	<p>PAN BLANCO O INTEGRAL</p> <p>FRUTA FRESCA DE TEMPORADA O YOGUR O POSTRE LÁCTEO</p>	<p>PAN BLANCO O INTEGRAL</p> <p>FRUTA FRESCA DE TEMPORADA O YOGUR O POSTRE LÁCTEO</p>

- Si tienes alguna **ALERGIA O INTOLERANCIA ALIMENTARIA**, comunícalo a nuestro personal
- Los platos **coloreados en verde** son exclusivamente vegetales
- Menú planificado y revisado por María Barbero Ferrer (Diplomada en Nutrición Humana y Dietética) y María Mora López (Graduada en Nutrición Humana y Dietética)