

# Menú de: MARZO 2024 Sin huevo

Lunes



**4** Kcal 627 HC 79 Lip 26 Prot 18

Crema de calabaza natural  
Solomillo de pollo en adobo  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Yogur

**11** Kcal 684 HC 89 Lip 25 Prot 25

Guiso de patatas con chorizo  
San Jacobo de jamón de york casero  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta de temporada

**18** Kcal 702 HC 70 Lip 34 Prot 29

Guisantes salteados con ajo y cebolla ,crema de guisantes(2-6 años)  
Salchichas con patatas  
Fruta de temporada

Martes



**5** Kcal 627 HC 85 Lip 20 Prot 24

Sopa de cocido(fideos s/h)  
Cocido tradicional completo  
Fruta de temporada

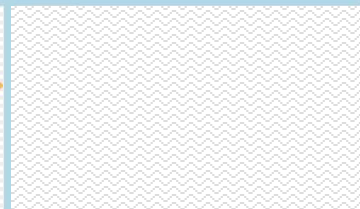
**12** Kcal 655 HC 79 Lip 20 Prot 38

Lentejas guisadas a la jardinera  
Churrasquito de pollo con aliño al pimentón  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada

**19** Kcal 610 HC 88 Lip 16 Prot 28

Arroz salteado con boloñesa de carne  
Filete de abadejo a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

Miércoles



**6** Kcal 622 HC 88 Lip 17 Prot 30

Arroz con pollo y verduras  
Tilapia con ajos confitados y perejil  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

**13** Kcal 714 HC 98 Lip 26 Prot 20

Crema Vichy  
Arroz con salsa de tomate y hamburguesa a la plancha  
Yogur

**20** Kcal 655 HC 67 Lip 26 Prot 38

Alubias blancas con calabaza  
Albóndigas de cerdo con salsa de verduras  
Salteado de guisantes y zanahorias  
Helado

Jueves



**7** Kcal 747 HC 87 Lip 27 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Caldera de cerdo duroc en salsa especiada y orégano  
Salteado de verduras  
Fruta de temporada

**14** Kcal 603 HC 80 Lip 18 Prot 30

Sopa de fideos s/h con juliana de verdura  
Carrillera en salsa Española  
Patatas panadera  
Fruta de temporada

**21** Kcal 735 HC 87 Lip 32 Prot 21

Crema de zanahoria natural  
Finger de pollo  
Patatas fritas  
Yogur

Viernes

**1** Kcal 617 HC 94 Lip 14 Prot 28

Arroz blanco con tomate frito  
Solomillo de atún a la plancha, pescado alternativo hasta 3º de prim  
Menestra salteada  
Fruta de temporada

**8** Kcal 652 HC 99 Lip 14 Prot 31

Macarrones s/h con salsa de tomate  
Filete de abadejo en tempura(s/h)  
Ensalada de tomate y cebolla con orégano  
Yogur

**15** Kcal 661 HC 97 Lip 18 Prot 27

Macarrones al pomodoro  
Suprema de merluza en salsa verde  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta de temporada

**22**

**NO LECTIVO**



Semana Santa

OBJETIVO DEL MES: SIRVO AGUA A LOS DEMÁS ANTES QUE A MÍ