

Menú del 3 al 9 de Marzo

COMIDA

CENA

	lunes 3	martes 4	miércoles 5	jueves 6	viernes 7	sábado 8	domingo 9
	Arroz blanco con tomate	Sopa de fideos	Potaje de vigilia	Arroz negro con ali-oli	Tallarines con gambas y salsa de soja	Judias blancas estofadas	Macarrones con chorizo
	Pisto manchego 	Cocido completo	Ratatouille	Ensaladilla rusa con aceitunas	Judias verdes rehogadas 	Rollitos de primavera con salsa agridulce	Crema de zanahorias
	Huevos fritos con patatas fritas y salchichas	Filete de pollo plancha (opción)	Abadejo empanado con batata	Pollo asado con patata panadera	Tortilla de patata con tomate y mozzarella	Maza de cerdo asada con champiñones	Huevos rotos con jamón
	Fruta variada 	Yogur 	Natillas de chocolate 	Yogur 	Helado variado 	Fruta variada 	Copa de danone 
	Crema de verduras	Ensalada de patatas ali-oli con atún	Sopa de estrellas	Crema de zanahoria con picatostes 	Empanada de atún		Ensalada de tomate con queso fresco
	Lagrimitas de pollo con croquetas (de jamón) y empanadillas	Pinchos morunos con patatas gajo	Tortilla francesa con aros de cebolla	San Jacobos caseros con boniato a la plancha	Merluza rebozada con calabacín a la plancha		Perrito caliente con cebolla frita y chips
	Fruta variada	Fruta variada	Leche con galletas 	Fruta de temporada 	Leche con galletas		Yogur











Todos los días se ofrecerá **fruta fresca, buffet de ensalada** pan blanco o integral a elegir.

Nuestros **dietistas-nutricionistas** colegiados destacan 2 platos cada semana, por su excelente perfil nutricional, siempre enmarcado dentro de un estilo de vida saludable. Cuidamos nuestro planeta; elegimos **ingredientes de origen ecológico** certificado colaborando con la reducción del impacto medioambiental de nuestras elaboraciones.



Menú del 10 al 16 de Marzo

COMIDA
CENA

	lunes 10	martes 11	miércoles 12	jueves 13	viernes 14	sábado 15	domingo 16
	Paella mixta	Lentejas estofadas	Patatas guisadas con pollo	Arroz con tomate	Guiso de garbanzos con verdura	Berenjena rellenas de carne	Coditos de pasta gratinados
	Alcachofas rehogadas 	Coliflor gratinada	Crema de calabacin	Judias verdes al ajillo	Guisantes salteados	Crema de verduras 	Espinacas catalana
	Albondigas a la jardinera con patatas dado	Cinta de lomo a la plancha con pimientos verdes fritos	Magro estofado con basmatic	Huevos fritos con salchichas y patatas fritas	Filete de gallineta horno con batata 	Contramuslos empanados con patata dólar	Parrillada de carne (chorizo, salchichas, panceta, bacon...)
	Fruta variada 	Yogur 	Postre casero 	Profiteroles con caramelo 	Tarta de queso 	Fruta variada 	Fruta variada 
	Sopa de la abuela con fideos	Wok de pavo y verduras con soja	Sopa de cocido con estrellitas	Crema de zanahoria con costron	Pisto de verduras		Ensalada lechuga, canonigos, nueces y queso de cabra
	Merluza a plancha con rodaja de tomate con morazella	Tortilla francesa con croquetas (de jamón)	Alitas de pollo con salsa bbq y patatas gajo	Fingers de pollo empanados con tomate con mozzarella	Canelones de atún		Burritos al estilo mexicano con nachos (a parte guacamole)
	Leche con galletas	Fruta variada	Gelatina variada	Fruta de temporada	Fruta variada		Yogur



Todos los días se ofrecerá **fruta fresca , buffet de ensalada** pan blanco o integral a elegir.

Nuestros **dietistas-nutricionistas** colegiados destacan 2 platos cada semana, por su excelente perfil nutricional, siempre enmarcado dentro de un estilo de vida saludable. Cuidamos nuestro planeta; elegimos **ingredientes de origen ecológico** certificado colaborando con la reducción del impacto medioambiental de nuestras elaboraciones.



Menú del 17 al 23 de Marzo

COMIDA
CENA

	lunes 17	martes 18	miércoles 19	jueves 20	viernes 21	sábado 22	domingo 23
	Patatas a la riojana	Raviolis en salsa de tomate casero	Arroz con pollo y verduras		Macarrones gratinados	Lentejas de la casa	Arroz con tomate
	Judias verdes salteadas con ajo 	Espinacas a la crema	Crema de zanahoria	JORNADA GASTRONOMICA	Brocoli con bechamel al horno 	Guisantes con jamón	Sopa de letras
	Lomo de sajonia con berenjena plancha	Estofado de pavo con patata dado	Salmón al horno con salsa de miel y mostaza		Bacalao al horno con patata cocida 	Pollo villaroy con patatas	Filete de ternera con champiñones
	Fruta variada 	Yogur 	Copa de chocolate y nata 		Postre casero 	Fruta variada 	Gelatina variada 
	Sopa de puchero con lluvia	Menestra de verduras	Sopa de estrellas	Crema de calabaza	Patatas Bravas		Ensalada de lechuga ,tomate y queso fresco
	Tortilla francesa con loncha de jamon serrano y queso	Chuleta de aguja de cerdo con Batata	Tacos de pavo con salsa de soja y verduritas	Lagrimitas de pollo con croquetas (de jamón) y empanadillas	Tortilla de patata con aros de cebolla		Quesadillas de jamón y queso con patatas fritas
	Yogur 	Fruta de temporada	Futa variada 	Futa variada	Fruta variada		Yogur











Todos los días se ofrecerá **fruta fresca , bufett de ensalada** pan blanco o integral a elegir.

Nuestros **dietistas-nutricionistas** colegiados destacan 2 platos cada semana, por su excelente perfil nutricional, siempre enmarcado dentro de un estilo de vida saludable. Cuidamos nuestro planeta; elegimos **ingredientes de origen ecológico** certificado colaborando con la reducción del impacto medioambiental de nuestras elaboraciones.



Menú del 24 al 30 de Marzo

COMIDA
CENA

	lunes 24	martes 25	miércoles 26	jueves 27	viernes 28	sábado 29	domingo 30
	Spaghetti Boloñesa	Lentejas estofadas	Arroz con tomate	Sopa de cocido	Sopa de pescado	Macarrones con chorizo	Garbanzos con chorizo
	Crema reina	Lombarda rehogada 	Guisantes salteados	Filete de pollo plancha	Espinacas al ajillo con gambas	Parrillada de verduras 	Alcachofas con jamón
	Estofado de pavo con arroz blanco	Filetes rusos con tomate y patatas gajo	Huevos fritos con salchichas y patatas fritas	Cocido completo	Merluza horno con refrito de ajo con champiñón	Pollo guisado con pure de patata	Salmón a la plancha con arroz basmatic
	Fruta variada	Postre casero	Fruta variada	Copa Danone	Yogur	Fruta variada	Fruta variada
							
	Judias verdes rehogadas	Pure de verduras con picatostes	Sopa de picadillo	Crema de calabacin	Crema de zanahoria		Crema de calabaza
	Filete de pollo plancha con patatas fritas	Bacalao al horno con batata plancha	Escalopines de ternera rebozados con tomate asado	Lomo adobado con pimientos 	Pizza 4 quesos con patata gajo		Croissant mixto con empanadillas
	Yogur	Leche con galletas	Fruta de temporada	Fruta	Fruta variada		Yogur



Todos los días se ofrecerá **fruta fresca , bufett de ensalada** pan blanco o integral a elegir.











Nuestros **dietistas-nutricionistas** colegiados destacan 2 platos cada semana, por su excelente perfil nutricional, siempre enmarcado dentro de un estilo de vida saludable. Cuidamos nuestro planeta; elegimos **ingredientes de origen ecológico** certificado colaborando con la reducción del impacto medioambiental de nuestras elaboraciones.



Menú del 31 de Marzo al 6 Abril

COMIDA

CENA

	lunes 31	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4	sábado 5	domingo 6
	Sopa de cocido	Lazos de pasta con salsa carbonara	Arroz con tomate	Judias blancas en fabada	Macarrones gratinados	Patatas con bacalao	Paella murciana
	Brocoli al horno 	Cous-cus de verduras	Repollo rehogado al ajillo	Crema de puerros con queso	Menestra de verduras 	Coliflor a la gallega	Judias verdes estofadas
	Huevos rotos con morcilla	Secreto asado con salsa estrogonoff con patata dado	Huevos fritos con salchicas y patatas fritas	Pollo asado con pure de patatas	Bacaladitos fritos con calabacin plancha	Pollo Villaroy con pimientos verdes	Filetes rusos con patatas dado
	Fruta variada 	Yogur 	Arroz con leche 	Yogur 	Helado variado 	Fruta variada 	Fruta variada 
	Crema de zanahoria con costron	Ensalada cesar	Sopa de fideos	Pastel de champiñon y beicon	Crema de calabaza		Sopa de estrellas
	Salchichas encebolladas con pure de patata	San Jacobos caseros con boniato a la plancha	Lubina con verduras a la plancha 	Lomo adobado con pimientos	Sandwich vegetal con patatas chips		Fajitas de pollo con verduras
	Fruta variada	Fruta de temporada	Leche con galletas	Fruta variada	Yogur		Yogur



Todos los días se ofrecerá **fruta fresca , bufett de ensalada** pan blanco o integral a elegir.
Nuestros **dietistas-nutricionistas** colegiados destacan 2 platos cada semana, por su excelente perfil nutricional, siempre enmarcado dentro de un estilo de vida saludable.
Cuidamos nuestro planeta; elegimos **ingredientes de origen ecológico** certificado colaborando con la reducción del impacto medioambiental de nuestras elaboraciones.

