

MENÚ MARZO 2024

BASAL

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|---|--|---|
|  | | | | PAN -LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA , PASAS PATATAS MARINERAS (PATATA, GAMBAS, CALAMARES, RAPE) PIZZA PROSCIUTTO (tomate, york, queso , orégano) FRUTA ECO |
| 4 HUMUS ZANAHORIA CON PICOS INTEGRALES ARROZ DE POTE CARBONERO AL HORNO CON BERENJENA SALTEADA FRUTA MEAT FREE MONDAY | 5 PAN -LECHUGA, TOMATE, PEPINO, SÉSAMO CREMA DE VERDURAS CARNE EMPANADA CON TOMATE FRUTA | 6 PAN- LECHUGA, TOMATE, SOJA , CEBOLLA LENTEJAS JULIANA TORTILLA CALABACIN ECO CON QUESO FRESCO FRUTA | 7 PAN -LECHUGA, TOMATE, ESPÁRRAGOS, OLIVAS SOPA MARAVILLA COCIDO MADRILEÑO CON GARBANZOS Y JAMONCITOS (PATATA, CARLOTA, REPOLLO, GARBANZOS, JAMONCITOS) YOGURT | 8 PAN-LECHUGA, TOMATE, NUECES, MAÍZ MACARRONES PROVENZAL (cebolla, tomate, champi, hierbas provenzales) MERLUZA A LA PLANCHA CON SALSA MARY Y PURÉ DE COLIFLOR FRUTA ECO |
| 11 MEAT FREE MONDAY LECHUGA, REPOLLO, ZANAHORIA, MANZANA PAN ESPIRALES BOLOÑESA VEGETAL (TOMATE, SOJA TEXTURIZADA, CEBOLLA, ORÉGANO) TORTILLA DE ESPINACAS CON LONCHA DE QUESO FRUTA | 12 LECHUGA, TOMATE, REMOLACHA, PIPAS PAN INTEGRAL FABADA VEGETAL GOULASH DE MAGRO CON COUS COUS FRUTA | 13 PAN-ENSALADA ECO GUISADO DE ALBÓNDIGAS SALMÓN A LA NARANJA CON REPOLLO AL PIMENTÓN FRUTA | 14 PAN-LECHUGA, TOMATE, ATÚN, CEBOLLA MORADA SOPA DE COCIDO ECO POLLO EN SU JUGO CON PALOMITAS FRUTA | 15 FALLAS PAN ARROZ A LA CUBANA CROQUETAS (espinacas o bacalao) CON ENSALADA HELADO |
| 18 FIESTA | 19 FIESTA | 20 LECHUGA, TOMATE, RÁBANOS, PIPAS PAN INTEGRAL CARACOLAS AL PESTO (albahaca, ajo, queso, cacahuete, aceite) HUEVO REVUELTO CON CHAMPIÑONES SALTEADOS FRUTA | 21 LECHUGA, CANÓNIGOS, CACAHUETES, TOMATE POTAJE DE GARBANZOS HAMBURGUESA CON PATATAS ASADAS FRUTA ECO | 22 PAN- FRUTOS SECOS PAELLA DE VERDURAS ABADEJO A LA ANDALUZA CON ENSALADA AMERICANA ECO (repollo, zanahoria, manonesa) FRUTA |
| 25 PAN-GALLETITAS SALADAS CON QUESO UNTAR ESPAGUETIS DE L'HOYA (tomate, cebolla, longaniza) TORTILLA FRANCESA CON RODAJA DE TOMATE FRUTA | 26 LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CEBOLLA PAN INTEGRAL LENTEJAS ESTOFADAS COLAS BACALAO EN SALSA VERDE CON PATATAS PANADERA YOGURT ARTESANO | 27 PASCUAS PAN-LECHUGA, CARLOTA, APIO, MANZANA CREMA DE CALABACÍN ENTREMUSLO A LA PLANCHA CON BRAVAS DE CARLOTA FRUTA | 28 FIESTA | 29 FIESTA |

EL MENÚ DE LOS DIAS DE FALLAS, SE PUEDE VER ALTERADO DEPENDIENDO DEL DÍA DE CIERRE DEL CENTRO SEGÚN CADA POBLACIÓN.