

Blank menu box for the first day.

VIERNES 1
Tallarines en salsa Alfredo 🍴🍷
Brócoli con Jamón
Bonito con Tomate 🐟
Lomo en su Jugo
Menestra Salteada
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
886 Kcal. 48,55g Prot. 101,01g H.C. 42,08g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 4
Lentejas con chorizo ⚠️
Crema de zanahorias
Tortilla de Calabacín 🍌
Escalopines en Salsa
Ens de lechuga y tomate 🍷
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
824 Kcal. 39,05g Prot. 74,97g H.C. 47,54g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 5
Sopa de Estrellas 🍴
Espinacas con Patatas
Palometa en salsa 🐟
Pollo al Curry
Verduritas Dado
P. Lácteo, Pan y Agua 🍌🥛
604 Kcal. 37,73g Prot. 58,36g H.C. 25,91g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 6
Arroz con tomate
Judías Verdes a la Portuguesa
Cinta de Lomo a la Plancha
Bacalao en salsa Verde 🐟
Ens de lechuga y Zanahoria 🍷
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
759 Kcal. 21,46g Prot. 90,54g H.C. 38,58g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 7
Crema de Puerros
Parrillada de Verduras
Contramuslo de Pollo
Bienmesabe 🐟🍷
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛
620 Kcal. 30,75g Prot. 54,78g H.C. 40,49g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 8
Coditos al Ajo 🍴
Salteado Campesote
Merluza Enharinada 🐟🍷
Merluza a la Marinera 🐟
Ensalada mixta 🍷
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
721 Kcal. 33,59g Prot. 91,48g H.C. 32,04g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

LUNES 11
Crema de Calabacín
Guisantes a la Francesa
Magro Estofado
Revuelto de Queso 🍌🥛
Patatas Dado
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
628 Kcal. 31,22g Prot. 60,47g H.C. 33,43g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 12
Arroz con Jamón York ⚠️
Acelgas Cacereñas
Gallo San Pedro en Salsa 🐟
Gallo San Pedro a la Andaluza 🐟🍷
Zanahoria Baby
P. Lácteo, Pan y Agua 🍌🥛
748 Kcal. 38,62g Prot. 98,95g H.C. 27,63g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 13
Sopa de Cocido 🍴
Repollo al Ajoarriero
Cocido Completo
Platija a la Plancha 🐟
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 14
Hélices a la Boloñesa 🍴
Lombarda con Manzana
Jamoncitos de Pollo Braseados
Bacalao a la Mallorquina 🐟
Ens de Lechuga y Cebolla 🍷
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛
810 Kcal. 36,38g Prot. 74,95g H.C. 39,14g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 15
Judías Verdes Rehogadas
Crema Dubarry
Huevos a la Villarroy 🍌🍷⚠️
Ragout de Ternera
Arroz Pilaf
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
695 Kcal. 15,67g Prot. 86,05g H.C. 30,42g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pollo

LUNES 18
Macarrones a la Aurora 🍴🍷
Duo de Verduras
Merluza a la Riojana 🐟
Hamburguesa a la Plancha ⚠️
Ens de Lechuga y Zanahoria 🍷
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
803 Kcal. 38,57g Prot. 96,14g H.C. 35,03g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 19
Judías Blancas Estofadas
Coliflor con Mahonesa 🍴
Tortilla de Jamón 🍌
Chuleta a la Plancha
Ensalada Mixta 🍷
P. Lácteo, Pan y Agua 🍌🥛
885 Kcal. 50,22g Prot. 80,41g H.C. 48,87g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 20
Arroz con Magro
Berenjenas a la Miel
Pollo al Limón
Merluza a la Vizcaína 🐟
Verduritas Dado
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌
783 Kcal. 31,73g Prot. 107,35g H.C. 28,11g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

JUEVES 21
Crema de Calabaza
Alcachofas con Jamón
Fritura Variada ⚠️
Calamares en su Tinta 🍷
Patatas Pandera
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍌🥛
638 Kcal. 16,62g Prot. 81,88g H.C. 35,75g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 22
NO LECTIVO

LUNES 25
VACACIONES DE
SEMANA SANTA

MARTES 26
VACACIONES DE
SEMANA SANTA

MIÉRCOLES 27
VACACIONES DE
SEMANA SANTA

JUEVES 28
VACACIONES DE
SEMANA SANTA

VIERNES 29
VACACIONES DE
SEMANA SANTA

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🌶️ - mostaza
- 🌿 - apio
- 🌱 - soja
- 🐚 - moluscos
- 🥜 - altramuces
- 🍷 - frutos de cáscara
- 🥞 - crustáceos
- 🌾 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍴 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🍌 - huevo
- 🥛 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

LUNES 4
Lentejas con chorizo
Tortilla de Calabacín
Ens de lechuga y tomate
Fruta Temporada. Pan y Agua
729 Kcal. 31,26g Prot. 59,97g H.C. 38,03g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 11
Crema de Calabacín
Magro Estofado
Patatas Dado
Fruta Temporada. Pan y Agua
550 Kcal. 24,98g Prot. 48,37g H.C. 26,75g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

LUNES 18
Macarrones a la Aurora
Merluza a la Riojana
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Temporada. Pan y Agua
699 Kcal. 30,87g Prot. 76,91g H.C. 28,03g Lip.

LUNES 25
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MARTES 5
Sopa de Estrellas
Palometa en salsa
Verduritas Dado
P. Lácteo, Pan y Agua
521 Kcal. 30,18g Prot. 46,69g H.C. 20,73g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 12
Arroz con Jamón York
Gallo San Pedro en Salsa
Zanahoria Baby
P. Lácteo, Pan y Agua
649 Kcal. 30,9g Prot. 79,17g H.C. 22,1g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 26
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MIÉRCOLES 6
Arroz con tomate
Cinta de Lomo a la Plancha
Ens de lechuga y Zanahoria
Fruta Temporada, Pan y Agua
647 Kcal. 17,18g Prot. 72,43g H.C. 30,87g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

MIÉRCOLES 13
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Temporada, Pan y Agua
625 Kcal. 26,33g Prot. 66,86g H.C. 27,66g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

MIÉRCOLES 27
VACACIONES DE SEMANA SANTA

JUEVES 7
Crema de Puerros
Contramuslo de Pollo
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
556 Kcal. 24,59g Prot. 43,83g H.C. 32,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

JUEVES 14
Hélices a la Boloñesa
Jamoncitos de Pollo Braseados
Ens de Lechuga y Cebolla
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
649 Kcal. 29,11g Prot. 59,97g H.C. 31,31g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

JUEVES 28
VACACIONES DE SEMANA SANTA

VIERNES 1
Tallarines en salsa Alfredo
Bonito con Tomate
Menestra Salteada
Fruta Temporada, Pan y Agua
745 Kcal. 38,83g Prot. 80,8g H.C. 33,67g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 8
Coditos al Ajo
Merluza Enharinada
Ensalada mixta
Fruta Temporada, Pan y Agua
646 Kcal. 26,88g Prot. 73,18g H.C. 25,64g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

VIERNES 15
Judías Verdes Rehogadas
Huevos a la Villaroy
Arroz Pilaf
Fruta Temporada, Pan y Agua
556 Kcal. 12,53g Prot. 68,84g H.C. 24,34g Lip.

VIERNES 22
NO LECTIVO

VIERNES 29
VACACIONES DE SEMANA SANTA

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos