

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Somos una empresa comprometida con la calidad, seguridad y el medio ambiente:



				1 Crema de verduras de temporada Ragout de pavo con guisantes y zanahoria Fruta de temporada
4 Ensalada completa con huevo Arroz marinera Fruta de temporada	5 Puchero de garbanzos Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada Fruta de temporada	6 Sopa maravilla Merluza a andaluza con patatas Yogur artesano	7 Crema de puerros y calabaza Pollo al horno con zanahoria y cebolla Fruta de temporada	8 Macarrones boloñesa Tortilla de atún con ensalada de manzana Fruta de temporada
11 Crema de legumbres Pechuga de pollo plancha con rodaja de tomate Fruta de temporada	12 Patatas a la riojana Delicias de pescado con ensalada Fruta de temporada	13 Empedrado de lentejas Tortilla francesa con ensalada Yogur artesano	14 Tallarines con salteado de verduras y salsa de soja Pescado fresco de lonja con ensalada Fruta de temporada	15 Arroz con tomate Longanizas caseras al horno con ensalada Fruta de temporada
18 <b>FALLAS</b>	19 <b>FALLAS</b>	20 Crema de calabacín, puerro y zanahoria Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	21 <b>Menú especial primavera</b> Espirales primavera Pollo al limón con ensalada Batido de frutas con sirope chocolate	22 Estofado de garbanzos con chorizo Palometa a las finas hierbas con ensalada Fruta de temporada
25 Estofado de lentejas Caprichos de calamar con ensalada Fruta de temporada	26 Crema de coliflor Tacos de magro en salsa de cebolla con guarnición de patatas Fruta de temporada	27 Fideuà Entremeses con ensalada completa Yogur artesano	28 <b>SEMANA SANTA</b>	
				29

Consulta toda la información nutricional y alérgenos de nuestra carta en el código QR:



El ingrediente principal de este plato es **ECO**.  
Se servirá pan blanco e integral.



## 20 DE MARZO: EQUINOCCIO DE PRIMAVERA

### ¿SABÍAS QUE?

El uso de flores para complementar una receta ya viene de hace siglos, cuando lugares como en México se empleaba la flor de calabaza, los romanos las violetas o los postres indios que eran adornados con pétalos de rosa.

#### Girasol

Sus pétalos tienen sabor amargo, pero se elimina cocinándolos unos segundos al vapor. Se usa en ensaladas y sopas.



#### Clavel

Su sabor es parecido al clavo y a la pimienta. Se usa para aliñar ensaladas y mantequillas.



#### Albahaca

Es la flor más utilizada en la gastronomía mediterránea. Su sabor de ese toque especial a las pizzas más famosas



#### Lavanda

Tiene un sabor ligeramente picante. Va muy bien para dorear carnes. También se utiliza para helados y dulces.



#### Amapola

Se utiliza para adornar ensaladas y pasteles. También para aromatizar aceites.



#### Añadir flores a nuestra comida...

- La hace más fresca y divertida
- Aporta nuevos sabores
- Tienen vitaminas del grupo A y B

¿A QUÉ ESPERAS PARA PROBARLAS?

Consulta toda la información nutricional y alérgenos de nuestra carta en el código QR:



## RECOMENDADOR DE CENAS



COMIDA



CENA

	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	
	+			+	

Elaborado por:  
Ángela Navarro CVO0604  
Raquel Sanz CVO0815

