


MENÚ MARZO 2024

COCINA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 PAN -LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA , PASAS  PATATAS MARINERAS (ARREGLO SEÑORET) PIZZA PROSCIUTTO (tomate, york, queso , orégano)  FRUTA
4 HUMUS ZANAHORIA CON PICOS INTEGRALES  ARROZ DE POTE  CARBONERO AL HORNO CON BERENJENA SALTEADA  FRUTA	5 PAN -LECHUGA, TOMATE, PEPINO, SÉSAMO  CREMA DE VERDURAS  CARNE EMPANADA CON TOMATE  FRUTA	6 PAN- LECHUGA, TOMATE, SOJA , CEBOLLA  LENTEJAS JULIANA  TORTILLA CALABACÍN ECO (EXTRAMAR) 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  GUIADO 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 (EXTRAMAR)  FRUTA	21 PAN-LECHUGA, CANÓNIGOS, CACAHUETES, TOMATE  POTAJE DE GARBANZOS  HAMBURGUESA CON PATATAS ASADAS  FRUTA ECO	22 PAN- FRUTOS SECOS  PAELLA DE VERDURAS  ABADAJE A LA ANDALUZA CON ENSALADA AMERICANA ECO (repollo, zanahoria, mahonesa) FRUTA
25 PAN-GALLETITAS SALADAS CON QUESO UNTAR  ESPAGUETIS DE L'HOYA (tomate, cebolla, longaniza) TORTILLA FRANCESA CON RODAJA DE TOMATE  FRUTA ECO	26 LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CEBOLLA PAN INTEGRAL LENTEJAS ESTOFADAS  COLAS BACALAO EN SALSAS VERDES 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.