



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		Lechuga, tomate, olivas <b>01</b> <b>Vichyssoise</b> crema de patata y puerro <b>Muslo de pollo a la cazadora</b> al horno con salsa de hortalizas Fruta	<b>2</b> Festivo	<b>3</b> Festivo
<b>6</b> Festivo	<b>7</b> Festivo	<b>8</b> Festivo	<b>9</b> Festivo	<b>10</b> Festivo
<b>13</b> Festivo	Hummus de garbanzos <b>14</b> <b>Arroz viudo con verduras de temporada</b> <b>Hamburguesa de ave en salsa de hortalizas</b> horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, maíz, pepino <b>15</b> <b>Lentejas camperas</b> con hortalizas <b>Tortilla de patata y cebolla</b> Fruta	Lechuga, zanahoria, remolacha <b>16</b> <b>Crema mediterránea</b> con hortalizas <b>Alitas de pollo rustidas</b> al horno Fruta	Lechuga, tomate, maíz, olivas <b>17</b> <b>Cassoulet de alubias</b> con hortalizas <b>Rustidera de merluza</b> al horno Fruta
Lechuga, zanahoria, maíz <b>20</b> <b>Arroz con salsa de tomate</b> <b>Filete de merluza al caldo corto</b> Fruta	Lechuga, lombarda, olivas <b>21</b> <b>Crema de coliflor</b> <b>Muslo de pollo al estilo criollo</b> al horno Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino <b>22</b> <b>Garbanzos con verduras</b> <b>Tortilla de patata</b> Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas <b>23</b> <b>Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón</b> <b>Jamón serrano y queso</b> Yogur	Lechuga, remolacha, pepino <b>24</b> <b>Olleta alicantina</b> con alubias, lentejas, arroz y hortalizas <b>Filete de abadejo al limon</b> Fruta
Lechuga, maíz, olivas <b>27</b> <b>Crema de zanahoria</b> <b>Longanizas de ave en salsa lionesa</b> al horno con cebolla Fruta	Lechuga, zanahoria, remolacha <b>28</b> <b>Arroz con coliflor y ajetes</b> <b>Filete de merluza en salsa de puerros</b> Fruta	Lechuga, zanahoria, maíz <b>29</b> <b>Cuisado de lentejas con verduras</b> <b>Tortilla de patata y calabacín</b> Fruta	Hummus con olivas de kalamata <b>30</b> <b>Estofado con patatas</b> pollo marinado con limón, aceite de oliva y hierbas aromáticas <b>Jamón serrano y queso</b> <b>Flan del dragón</b> flan de vainilla	INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite al diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a la prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar su centro los alimentos que componen los platos servidos.



¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso!

ABRIL FRUTA DE TEMPORADA: plátano, kiwi, piña y pera

## CONSEJOS SALUDABLES

¡Hoy toca llenar la barriga y también el vaso! Beber agua durante la comida ayuda a tener energía. Y recuerda: en el comedor todos estamos aprendiendo, así que probar alimentos nuevos con curiosidad... ¡es una pequeña aventura!

- Ingredientes ECO**
- Pescado sostenible**
- De temporada**
- Fuente de omega 3**
- Gastronomía local**
- Sugerencia CENA**
- Proteína vegetal**
- Día menú temático**
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.**

