



MENÚ MARZO 2026 INTOLERANCIA LACTOSA



2	575 Kcal. P.: 36 HC.:44 L.: 10	3	685 Kcal. P.: 38 HC.: 49 L.: 16	4	540 Kcal. P.: 19 HC.: 54 L.: 8	5	460 Kcal. P.: 23 HC.: 36 L.: 10	6	525 Kcal. P.: 34 HC.: 41 L.: 10
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ		ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA	
GUISO DE PAVO,PATATA Y VERDURAS 12		ESPIRALES CON TOMATE 1,3		ARROZ DE POLLO Y VERDURA		ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12		SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS 1,3	
BACALAILLA CON TOMATE 4		ALITAS DE POLLO EN RUSTIDERA CON Salsa BBQ		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3		PALOMETA CON VERDURITAS EN Salsa MERY 4		POLLO AL HORNO SOBRE LECHO DE PATATA PANADERA 12	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
9	437 Kcal. P.: 22 HC.: 40 L.: 10	10	565 Kcal. P.: 26 HC.: 45 L.: 19	11	689 Kcal. P.: 20 HC.: 64 L.: 21	12	575 Kcal. P.: 35 HC.: 40 L.: 14	13	555 Kcal. P.: 30 HC.: 32 L.: 20
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ	
CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICAS		FIDEUA DE POLLO 1,3		ARROZ BLANCO CON TOMATE CASERO		GUISADO DE PATATA,TERNERA Y VERDURA 12		LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12	
FILETE DE MERLUZA CON Salsa DE TOMATE Y GUISANTES 4		TORTILLA DE ESPINACAS 3		SALCHICHA FRESCA AL HORNO CON PATATA PANADERA 12		BACALADILLA EN Salsa VERDE 4		PECHUGA DE POLLO AL AJILLO	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
16	437 Kcal. P.: 22 HC.: 40 L.: 10	17	582 Kcal. P.: 14 HC.: 70 L.: 16	18	490 Kcal. P.: 28 HC.: 37 L.: 15	19		20	
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		FESTIVO		FESTIVO	
HERVIDO VALENCIANO DE VERDURAS ECOLÓGICAS		ARROZ DEL SEÑORET 2,4,13		LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON CHORIZO					
FILETE DE MERLUZA CON Salsa VIZCAINA 4		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3		PERCA A LA RIOJANA 4					
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		VACACIONES			
23	570 Kcal. P.: 38 HC.: 42 L.: 11	24	545 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 19	25	632 Kcal. P.: 28 HC.: 55 L.: 19	26	582 Kcal. P.: 14 HC.: 70 L.: 16	27	488 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 15
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS				ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	
GUISADO DE PAVO,PATATA,VERDURA 12		POTAJE DE GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12		ESPAGUETIS CON Salsa CASERA DE ATÚN 1,3,4				CREMA POTIRON CON SU TOSTA CRUJIENTE 1,12	
FILETE DE MERLUZA EN Salsa ANDALUZA 4		TORTILLA DE PATATA 3		PECHUGA POLLO STROGONOFF				POLLO AL HORNO SOBRE CAMA DE PATATA 12	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA				FRUTA DE TEMPORADA	
30	570 Kcal. P.: 38 HC.: 42 L.: 11	31	712 Kcal. P.: 29 HC.: 65 L.: 17						
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		MENÚ ESTADOS UNIDOS ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y COL							
COCIDO 12		MACARRRONES CON TOMATE 1,3							
FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS 4		HOT DOG (PERRITO CALIENTE)							
FRUTA DE TEMPORADA		POSTRE ESPECIAL SIN LACTOSA							

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN INTEGRAL (LUNES Y VIERNES) Y PAN BLANCO (MARTES,MIÉRCOLES,JUEVES) y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)