

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2

¡En Marzo, a comer garbanzos! Son ricos en fibra, calcio, potasio y proteínas.
Eat chickpeas in March! Have a lot of fiber, calcium, potassium and proteins.



5	6	7	8	9
LENTEJAS CASTELLANAS (estofadas con jamón y patata) (7) Lentils stew with ham and potatoes (7)	ARROZ BLANCO CON TOMATE Rice with tomato sauce	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON ZANAHORIA Sautéed green beans with carrots	ESPAGUETIS CON CHORIZO Y TOMATE (1, 6)(Tr.:3) Spaghetti with sausage and tomato sauce (1, 6)(Tr.:3)	GARBANZOS GUISADOS Chickpea stew
EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 4)(Tr.:3) Tuna small pasty (1, 4)(Tr.:3) Con ENSALADA With Salad	FILETE DE SAJONIA AL HORNO (6) Baked kassher (6) Con ENSALADA With Salad	JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRON (guisados con pimientos, tomate y cebolla) Chicken drumsticks stew with vegetables Con PATATAS DADO With Fried potatoes	LOMOS DE MERLUZA A LA ROMANA (1, 3, 4) Breaded hake (1, 3, 4) Con ENSALADA With Salad	TORTILLA DE PATATA CON QUESO (3, 7) Potato and cheese omelette (3, 7) Con ENSALADA With Salad
MELOCOTON EN ALMIBAR Syrup peach KCal:690 Gr.:27 HC:74 Pro: 31	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:841 Gr.:31 HC:104 Pro: 32	FLAN DE VAINILLA (7) Vanilla cream caramel (7) KCal:711 Gr.:33 HC:67 Pro: 32	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:874 Gr.:31 HC:105 Pro: 38	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:887 Gr.:36 HC:91 Pro: 40
12	13	14	15	16
PATATAS GUISADAS CON MAGRO DE CERDO Potatoes stew with lean pork	PURE DE CALABACIN Zucchini puree	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON CHORIZO (6) White beans stew with chorizo (6)	SOPA DE LLUVIA (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7) Chicken soup with pasta (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)	CODITOS MARGARITA (con tomate, queso y orégano) (1, 3, 7) Pasta with tomato sauce and cheese (1, 3, 7)
HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y MAYONESA (3, 4) Boiled eggs with tuna and mayonnaise (3, 4) Con ENSALADA With Salad	FILETE DE POLLO EMPANADO (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Breaded chicken fillet (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Con ENSALADA With Salad	VARITAS DE MERLUZA (palitos de merluza empanados) (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14) Fish fingers (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14) Con ENSALADA With Salad	TERNERA ASADA EN SALSAS Roast beef Con PATATAS DADO With Fried potatoes	CAZON EN ADOBO (1, 4) Breaded dogfish (1, 4) Con ENSALADA With Salad
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:1016 Gr.:52 HC:85 Pro: 44	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:620 Gr.:29 HC:56 Pro: 30	YOGUR (7) Yoghurt (7) KCal:787 Gr.:36 HC:66 Pro: 41	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:786 Gr.:35 HC:73 Pro: 40	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:890 Gr.:30 HC:107 Pro: 41
19	20	21	22	23
LENTEJAS GUISADAS CON CALABAZA Lentils stew with pumpkin	PAELLA VALENCIANA (con verduras y pollo) Paella	CREMA DE VERDURAS (7) Vegetables creamy soup (7)	GARBANZOS ESTOFADOS CON JAMON SERRANO Y VERDURAS (7) Chickpea stew with ham and vegetables (7)	La fruta durante este mes variará entre: manzana, plátano, pera, mandarina y naranja During this month the piece of fruit served with the menu will be one of the following: apple, banana, pear, tangerine and orange.
CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADA AL HORNO (6) Baked pork loin (6) Con PATATAS DADO With Fried potatoes	COLITAS DE BACALAO AL HORNO (4) Baked cod (4) Con ENSALADA With Salad	CANELONES DE CARNE (cerdo y ternera) (1, 7, 12)(Tr.:2, 3, 6, 8, 9, 10, 14) Beef cannelloni (1, 7, 12)(Tr.:2, 3, 6, 8, 9, 10, 14) Con ENSALADA With Salad	TORTILLA DE PATATA (3) Spanish omelette (3) Con ENSALADA With Salad	Con el menú se ofrece pan y agua todos los días. Bread and water are served with the menu every day.
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:870 Gr.:39 HC:96 Pro: 44	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7) KCal:792 Gr.:20 HC:108 Pro: 41	BIZCOCHO CASERO Y LECHE (1, 3, 7, 8) Sponge cake and milk (1, 3, 7, 8) KCal:988 Gr.:42 HC:102 Pro: 36	YOGUR (7) Yoghurt (7) KCal:777 Gr.:34 HC:67 Pro: 43	

VACACIONES DE SEMANA SANTA
EASTER HOLIDAYS

Contenido de alérgenos en el producto final según el Reglamento N°1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor:

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5- Cacahuets 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr- Trazas

Recomendaciones para la cena / Suggestions for dinner

Semana 1-2 Marzo / March 2018
Día/day 8: verdura y pavo / vegetables and turkey
Día/day 9: verdura y ternera / vegetables and beef

Semana 5-9 Marzo / March 2018
Día/day 5: verdura y huevo / vegetables and egg
Día/day 6: verdura y pescado azul / vegetables and fish
Día/day 7: ensalada y pizza / salad and pizza
Día/day 8: ensalada y ternera/ salad and beef
Día/day 9: verdura y pavo / vegetables and turkey

Semana 12-16 Marzo / March 2018
Día/day 12: ensalada y cerdo / salad and pork
Día/day 13: sopa de pasta y pescado / noodle soup and fish
Día/day 14: verdura y cordero / vegetables and lamb
Día/day 15: verdura y huevo / vegetables and egg
Día/day 16: verdura y pavo / vegetables and turkey

Semana 19-23 Marzo / March 2018
Día/day 19: verdura y pollo / vegetables and chicken
Día/day 20: ensalada y ternera / salad and beef
Día/day 21: sopa y pavo / soup and turkey
Día/day 22: verdura y pescado azul / vegetables and fish