



MENÚ SÓLIDOS MARZO 2025



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Fideos a la cazuela con verduras : G,A Filete de abadejo al horno con salsa de calabaza :P Fruta de temporada	Crema de calabacín Pechuga de pollo al horno con salsa de zanahoria Fruta de temporada	Judía blanca con patata y zanahoria Huevos revueltos con champiñones : H Fruta de temporada	Judía verde con patata y AOVE Butifarra de payés con salsa de puerros : D Yogur natural : L	Crema de boniato Albóndigas de verdura y soja con salsa de calabacín : S,G Fruta de temporada
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Caldo de verduras con pasta integral : G,A Tortilla de patata y cebolla : H Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras :A Filete de merluza empanada al horno : P,G Fruta de temporada	Guisantes con patata y cebolla Hamburguesa de ternera con salsa de champiñones : D Yogur natural : L	Garbanzos estofados con zanahoria Tofu con boloñesa : S,D Fruta de temporada	Crema de verduras con quinoa Pavo estofado al horno con calabacín y zanahoria Fruta de temporada
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Estofado de lentejas con bulgur : G Medallones de merluza con salsa de alcachofas : P Fruta de temporada	Crema de coliflor y zanahoria Pechuga de pollo al horno con salsa de berenjena Yogur natural : L	Macarrones integrales con salsa de tomate natural : G Tortilla a la francesa : H Fruta de temporada	Menestra de verduras de temporada Jamoncitos de pavo con salsa de pimientos rojos : D Fruta de temporada	Judía blanca con patata y zanahoria Seitán con salsa de boniato : G,S Fruta de temporada
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Fideos a la cazuela con verduras : G,A Buñuelos de bacalao cocinados al horno : P,G,H Yogur Natural : L	Arroz con tomate natural Tortilla de patata y cebolla : H Fruta de temporada	Garbanzos estofados Hamburguesa de avena y quinoa con guisantes : G,S Fruta de temporada	Crema de brócoli, calabacín y zanahoria Albóndigas de ternera con salsa de tomate Fruta de temporada	Judía verde con patata y AOVE Pechuga de pavo al horno con salsa de cebolla Yogur natural : L
LUNES 31				
Caldo de verduras con cus cus :A,G Filete de merluza empanada con arroz : G, P Fruta de temporada				

HACIA UN MENU MÁS SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Aumentamos la presencia de legumbres. Nuestras frutas y verduras son más ecológicas y de proximidad, cambiando la fruta según la temporada. Las legumbres, el arroz, la pasta, el bulgur, el seitán, la quinoa, el tofu (soja no transgénica) y los huevos que utilizamos para preparar nuestros platos también son de origen ecológico. No añadimos azúcar a nuestros platos, por lo que los yogures que servimos son naturales y sin azúcar. Siempre utilizamos Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE). Incluimos pan blanco o integral, a elección del centro, todos los días. Para garantizar una buena salud para nuestros hijos, hemos reducido los alimentos procesados y eliminado todos los alimentos fritos.

Registro Sanitario: 26.12225/B, 26.06696/CAT

Menú revisado por : Ana Maria Jimenez según. (*Licenciada en Farmàcia i Master en Ingnieria Alimentaria*)