

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **marzo - 19**

MENÚ: **NO CERDO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>00000</p>	<p>00000</p>	<p>00000</p>	<p>00000</p>	<p>1 recomendación festivo</p> <p>Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata casera</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 590,4kcal 13,35p 37,91l 54,86hc</p>
<p>4</p> <p>Ensalada mixta Arroz con verduras</p> <p>Pan blanco y agua Yogur 606,46kcal 11,40p 31,56l 58,50hc</p>	<p>5</p> <p>Macarrones ecológicos con calabacín salteado Pollo asado al ajillo</p> <p>Pan integral y agua Fruta de temporada 636,58kcal 12,02p 32,62l 55,60hc</p>	<p>6</p> <p>Alubias ecológicas a la jardinera Tortilla francesa casera</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 638,83kcal 12,65p 33,49l 53,06hc</p>	<p>7</p> <p>Cazuela de verduras con fideos Merluza en salsa marinera</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 636,58kcal 12,02p 32,62l 55,60hc</p>	<p>8</p> <p>Lentejas estofadas ecológicas Tortilla de patata casera</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 633,22kcal 16,47p 31,04l 53,03hc</p>
<p>11</p> <p>Ensalada completa Alubias con verduras</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 615,83kcal 11,81p 33,66l 55,64hc</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín ecológica Caella al horno con patatas</p> <p>Pan integral y agua Fruta de temporada 591,41kcal 12,69p 32,68l 55,26hc</p>	<p>13</p> <p>Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 676,14kcal 14,49p 36,01l 49,23hc</p>	<p>14</p> <p>Lentejas a la riojana ecológicas con hortalizas Salmon al horno</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 664,05kcal 12,90p 28,13l 57,48hc</p>	<p>15</p> <p>Espirales ecológicas con verduras Medias lunas de huevo Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 652,95kcal 16,40p 29,20l 54,53hc</p>
<p>18</p> <p>Crema de verduras ecológica Merluza encebollada</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 655,91kcal 16,13p 33,26l 50,56hc</p>	<p>19</p> <p>Alubias ecológicas a la campesina Tortilla francesa casera</p> <p>Pan integral y agua Fruta de temporada 594,89kcal 16,89p 30,41l 56,62hc</p>	<p>20</p> <p>Macarrones ecológicos con salteado de calabacín Abadejo al horno</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 708,95kcal 13,35p 31,46l 54,17hc</p>	<p>21</p> <p>Ensalada mixta Potaje de garbanzos</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 604,90kcal 11,37p 31,47l 57,53hc</p>	<p>22</p> <p>Arroz en amarillo con verduras rehogadas ecológico Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan blanco y agua Yogur 672,36kcal 15,13p 32,78l 51,57hc</p>
<p>25</p> <p>Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata y calabacín casera</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 625,17kcal 15,80p 31,44l 52,61hc</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabaza ecológica Merluza al horno</p> <p>Pan integral y agua Yogur 652,07kcal 13,13p 31,82l 55,82hc</p>	<p>27</p> <p>Ensalada completa Coditos con salsa de atún</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 630,34kcal 16,87p 36,54l 51,48hc</p>	<p>28</p> <p>Lentejas estofadas ecológicas Tira de calamar en amarillo</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 656,31kcal 15,97p 31,73l 52,46hc</p>	<p>29</p> <p>Arroz caldoso ecológico con verdura Medias lunas de huevo Ensalada de lechuga y pepino</p> <p>Pan blanco y agua Fruta de temporada 631,18kcal 15,88p 28,95l 52,61hc</p>