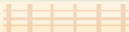


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada Tortilla de patata y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 485,864 prot (g): 12,771 lip (g): 18,607 hc (g): 61,221	Coditos a la carbonara  Taco de verduras superfood Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 625,822 prot (g): 20,742 lip (g): 20,835 hc (g): 84,268	Arroz integral con salsa de tomate casera Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 591,017 prot (g): 29,323 lip (g): 20,995 hc (g): 68,707	Sopa casera de cocido Cocido completo al estilo tradicional Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 609,067 prot (g): 24,786 lip (g): 19,74 hc (g): 76,006	Guiso de lentejas con zanahoria Salmón en salsa de naranja Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y pan Kcal: 638,977 prot (g): 33,865 lip (g): 23,142 hc (g): 69,963
09	10	11	12	13
Macarrones integrales con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 475,292 prot (g): 22,318 lip (g): 11,964 hc (g): 65,141	Guiso de alubias pintas con verduras Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 570,079 prot (g): 18,735 lip (g): 18,999 hc (g): 70,592	Sopa de verduras con caldo casero Pollo en salsa con champiñones Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 456,034 prot (g): 26,065 lip (g): 12,845 hc (g): 55,943	Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo al estilo riojano Patata al vapor Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 608,702 prot (g): 29,082 lip (g): 17,851 hc (g): 76,881	Paella mixta de marisco y magro Pizza margarita casera con base vegetal  Ensalada de col fresca Yogur y pan Kcal: 707,033 prot (g): 27,845 lip (g): 20,248 hc (g): 100,315
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro Abadejo en salsa de tomate casera Ensalada de lechuga y cebolla Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 360,642 prot (g): 8,562 lip (g): 6,924 hc (g): 61,902	 Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido Garbanzos con patata y zanahoria Ensalada de tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 559,381 prot (g): 23,959 lip (g): 13,642 hc (g): 78,232	Arroz integral con salsa de tomate casera Contramuslo de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 524,15 prot (g): 24,869 lip (g): 15,885 hc (g): 68,074	Guiso de lentejas con verduras Revuelto de huevo y patatas Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 571,636 prot (g): 26,634 lip (g): 20,501 hc (g): 64,276	Crema de verduras y hortalizas Ragout de cerdo Patata panadera al horno Yogur y pan Kcal: 620,857 prot (g): 32,812 lip (g): 21,649 hc (g): 70,481
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio Merluza al gratén Ensalada de lechuga y zanahoria fresca Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 603,266 prot (g): 21,867 lip (g): 27,597 hc (g): 62,764	Guiso de alubias blancas con calabaza Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 555,456 prot (g): 18,373 lip (g): 18,998 hc (g): 67,431	Crema de zanahoria Caldereta de pollo Calabacín salteado Fruta fresca de temporada y pan Kcal: 488,834 prot (g): 24,952 lip (g): 17,709 hc (g): 53,342	 Arroz con pollo al curry Guiso de lentejas con verduras Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral Kcal: 642,534 prot (g): 23,696 lip (g): 13,502 hc (g): 100,603	Menestra de verduras salteadas Albóndigas en salsa de tomate casera Puré de patata Yogur y pan Kcal: 852,213 prot (g): 32,11 lip (g): 47,846 hc (g): 70,558
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS



Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS



Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Huevo



Verdura



Huevo



Pescado



carne



Huevo



Pescado



Fruta

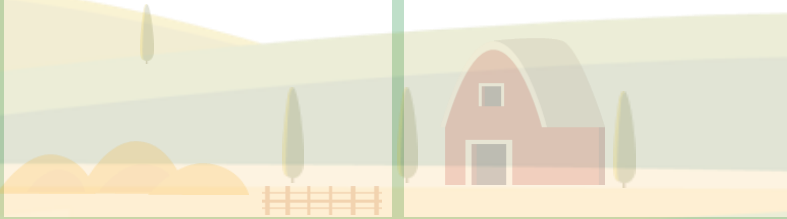


lácteo

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			5											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
		Martes	Primero	Coditos a la carbonara	1	2	5						9		11			
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa casera de cocido	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	5						9					14
			Guarnición	0														
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1													
			Segundo	Salmón en salsa de naranja	1			4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate c	1								9		11			
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			5											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1													
			Guarnición	Patata al vapor														14
		Viernes	Primero	Paella mixta de marisco y magro	1	2	5	4	5	6			9					14
			Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal	1	2												
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate casera														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y l	1		5						9		11	12		14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria														14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			5											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Ragout de cerdo	1													
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Merluza al gratén			5	4					9					14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			5											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera	1	2	5						9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
	Semana 5	Lunes	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Jueves	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Viernes	Primero	0														
			Segundo	0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														

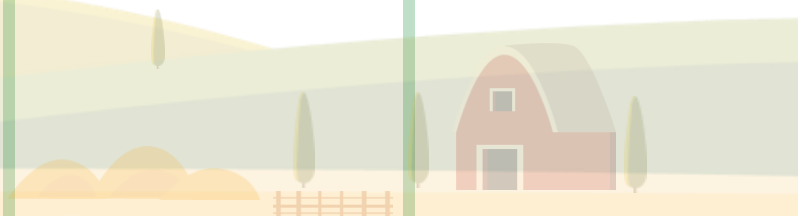
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos aglio-olio	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamonicitos de pollo al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Arroz con verduras y pollo
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Guisantes salteados
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa de fideos con caldo casero	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Pollo con tomate
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Patatas al vapor
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lactosa

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos aglio-olio	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Merluza al horno con eneldo	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Arroz con verduras y pollo
Merluza a la bilbaína	Pavo al horno con tomate y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Guisantes salteados
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa de fideos con caldo casero	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Merluza a la bilbaína	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al horno con infusión de ajo y perejil	Cinta de lomo fresca a la plancha	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Pollo con tomate
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Patatas al vapor
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur de soja y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV, huevo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin PLV, huevo	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Merluza al horno con eneldo				4										
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
		Martes	Primero	Coditos aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Jamonicitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa casera de cocido	1								9		11			14
			Segundo	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1													
			Segundo	Salmón en salsa de naranja	1			4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1								9		11			
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														14
			Segundo	Pavo al horno con tomate y cebolla														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1													
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras y pollo														
			Segundo	Guisantes salteados														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa de fideos con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria														14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Ragout de cerdo	1													
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Pollo con tomate														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
	Semana 5	Lunes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Martes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

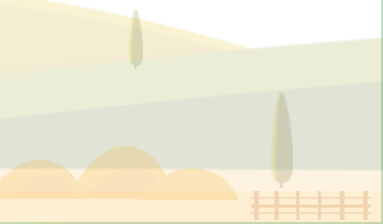
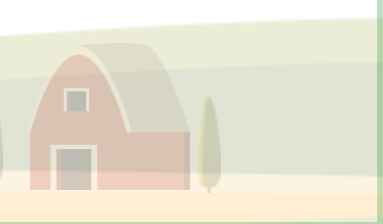
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos aglio-olio	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamonicitos de pollo al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Jamonicitos de pollo al horno
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca variada pelada y pan integral	Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Yogur natural y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Yogur natural y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Yogur natural y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Fruta fresca variada pelada y pan	Fruta fresca variada pelada y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
				
VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cacahuete, piel de fruta

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CAGAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	ALMENDRAS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin cacahuete, pie	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
		Martes	Primero	Coditos aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9		11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa casera de cocido	1								9		11			
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	3						9					14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1													
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1								9		11			
			Segundo	Merluza a la bilbaina				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras			3											14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1													
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Viernes	Primero	Paella mixta de marisco y magro	1	2	3	4	5	6			9					14
			Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y	1		3						9		11	12		14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria														14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Ragout de cerdo	1													
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Merluza al gratén			3	4					9					
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera	1	2	3						9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
	Semana 5	Lunes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Martes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos a la carbonara	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Jamoncitos de pollo al horno
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Yogur natural y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Yogur natural y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Yogur natural y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Fruta fresca permitida(no sandía) y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos, sandía

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

[illegible]

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos a la carbonara	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUQUES	SULFITOS	
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14	
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano															
		Martes	Primero	Coditos a la carbonara	1	2	3						9			11			
			Segundo	Taco de verduras superfood	1								9			11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
		Jueves	Primero	Sopa casera de cocido	1									9			11		
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	3						9						14
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1														
			Segundo	Salmón en salsa de naranja	1				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1								9			11			14
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															19
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras															14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
		Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1								9				11	12	14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas															14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1														
			Guarnición	Patatas al vapor															14
		Viernes	Primero	Paella mixta de marisco y magro	1	2	3	4	5	6			9						19
			Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal															
			Guarnición	Ensalada de col fresca															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria					4										14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate					4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															19
		Martes	Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y	1		3						9			11	12		14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria															14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco															
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			3												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas															14
			Segundo	Ragout de cerdo	1														
			Guarnición	Patata panadera al horno															14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1								9			11			
			Segundo	Merluza al gratén			3	4				9							
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															19
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria															14
			Segundo	Caldereta de pollo															
			Guarnición	Calabacín salteado															
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry													11		
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1														14
			Guarnición	Ensalada de col fresca															14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas															
			Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera	1	2	3						9						14
			Guarnición	Puré de patata		2							9						14
	Semana 5	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA															
		Martes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA															
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
		Viernes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos a la carbonara	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave con fideos	Guiso de alubias blancas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Guisantes salteados con patatas	Jamoncitos de pollo al horno	Contra de ternera en caldo corto con patata y zanahoria gsd	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	-	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Yogur natural y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Guisantes salteados
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Yogur natural y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Pisto de verduras hortelano	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Guiso de alubias blancas con zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Yogur natural y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Judías verdes salteadas con patata	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan	Fruta fresca permitida(no melocotón) y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cacahuete, lentejas, gra

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

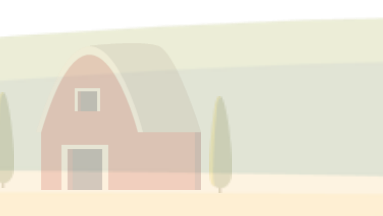
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS
Sin cacahuete, len	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
		Martes	Primero	Coditos a la carbonara	1	2	3						9		11			
			Segundo	Guisantes salteados con patatas														14
			Guarnición	-														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos	1	2	3						9		11	12		14
			Segundo	Contra de ternera en caldo corto con patata														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria														
			Segundo	Salmón en salsa de naranja	1			4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1								9		11			
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1								9		11	12		14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1													14
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Viernes	Primero	Paella mixta de marisco y magro	1	2	3	4	5	6			9					14
			Segundo	Guisantes salteados														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate				4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
		Martes	Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y	1		3						9		11	12		14
			Segundo	Guiso de alubias blancas con zanahoria														
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Pisto de verduras hortelano														
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Ragout de cerdo	1													
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1								9		11			
			Segundo	Merluza al gratén			3	4					9					
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Judías verdes salteadas con patata														14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera	1	2	3						9					14
			Guarnición	Puré de patata		2							9					14
	Semana 5	Lunes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Martes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos a la carbonara	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin brócoli

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

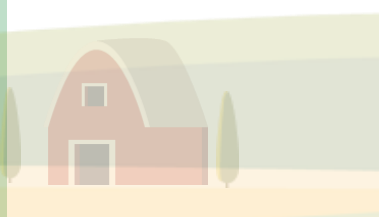
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUQUES	SULFITOS
Sin brócoli	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
			Primero	Coditos a la carbonara	1	2	3					9			11			
			Segundo	Taco de verduras superfood	1							9			11			14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
			Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
			Primero	Sopa casera de cocido	1							9			11			
			Segundo	Cocido completo al estilo tradicional	1	2	3					9						14
			Guarnición	-														
	Semana 2	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1													
			Segundo	Salmón en salsa de naranja	1			4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
			Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1							9			11			
			Segundo	Merluza a la bilbaína				4										14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
			Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
			Primero	Sopa de verduras con caldo casero	1							9			11	12		14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	-														
			Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano	1													14
			Guarnición	Patatas al vapor														14
			Primero	Paella mixta de marisco y magro	1	2	3	4	5	6		9						14
			Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria				4										14
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														14
			Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y	1		3					9			11	12		14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria														14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
			Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
			Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas			3											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Ragout de cerdo	1													
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
			Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1							9			11			
			Segundo	Merluza al gratén			3	4				9						
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
			Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
			Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
	Semana 5	Lunes	Primero	Arroz con pollo al curry											11			
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1													14
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
			Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera	1	2	3					9						14
			Guarnición	Puré de patata		2						9						14
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
	Semana 6	Miércoles	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos aglio-olio	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla francesa	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Salmón al horno
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur desnatado sabor y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de verduras con caldo casero	Crema de verduras y hortalizas	Paella mixta de marisco y magro
Merluza a la bilbaína	Tortilla francesa	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo en salsa con verduras	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	-	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur desnatado natural y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur desnatado natural y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al horno con infusión de ajo y perejil	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Pollo con tomate
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur desnatado natural y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin grasas, azúcares, proce

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	

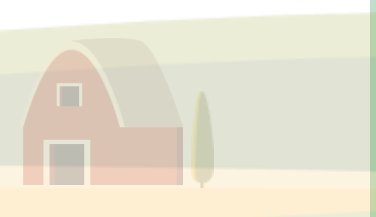
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos a la carbonara	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa casera de cocido	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Cocido completo al estilo tradicional	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Pisto de verduras con patata	Crema de verduras y hortalizas	Arroz con verduras y pollo
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Magro de cerdo al estilo riojano	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y huevo cocido	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Ragout de cerdo
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas en salsa de tomate casera
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin crustáceos

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APRO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin crustáceos	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3											
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														
	Martes	Primero	Coditos a la carbonara		1	2	3					9			11			
		Segundo	Taco de verduras superfood		1							9			11			14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
	Jueves	Primero	Sopa casera de cocido		1							9			11			
		Segundo	Cocido completo al estilo tradicional		1	2	3					9						14
		Guarnición	-															
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria		1													
		Segundo	Salmón en salsa de naranja		1			4										14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera	1							9			11			14
		Segundo	Merluza a la bilbaína					4										14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14
	Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras															14
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla				3											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
	Miércoles	Primero	Pisto de verduras con patata															14
		Segundo	Pollo en salsa con champiñones															
		Guarnición	-															
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas															14
		Segundo	Magro de cerdo al estilo riojano		1													
		Guarnición	Patatas al vapor															14
	Viernes	Primero	Arroz con verduras y pollo															
		Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal															
		Guarnición	Ensalada de col fresca															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														14
		Segundo	Abadejo en salsa de tomate					4										
		Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla															14
	Martes	Primero	Sopa casera de picadillo con fideos, pollo y	1			3					9			11	12		14
		Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria															14
		Guarnición	Ensalada de tomate fresco															
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
		Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo															
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas				3											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas															14
		Segundo	Ragout de cerdo		1													
		Guarnición	Patata panadera al horno															14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio	1							9			11			
		Segundo	Merluza al gratén				3	4				9						
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca															14
	Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza															
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla				3											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria															14
		Segundo	Caldereta de pollo															
		Guarnición	Calabacín salteado															
	Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry												11			
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras		1													14
		Guarnición	Ensalada de col fresca															14
	Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas															
		Segundo	Albóndigas en salsa de tomate casera		1	2	3					9						14
		Guarnición	Puré de patata			2						9						14
	Semana 5	Lunes	Primero	-														
		Segundo	-															
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA															
	Martes	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA															
	Miércoles	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Jueves	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Viernes	Primero	-															
		Segundo	-															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Crema de calabaza asada	Coditos aglio-olio	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave con fideos	Guiso de lentejas con zanahoria
Tortilla de patata y cebolla	Taco de verduras superfood	Jamoncitos de pollo al horno	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera	Salmón en salsa de naranja
Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	-	Ensalada de lechuga y tomate fresco
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
09	10	11	12	13
Macarrones con salsa de tomate casera	Guiso de alubias pintas con verduras	Pisto de verduras con patata	Crema de verduras y hortalizas	Arroz con verduras y pollo
Merluza a la bilbaína	Tortilla de patata y cebolla	Pollo en salsa con champiñones	Pavo al horno con tomate y cebolla	Pizza margarita casera con base vegetal
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de lechuga y tomate fresco	-	Patatas al vapor	Ensalada de col fresca
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
16	17	18	19	20
Guiso de patatas con judía verde, zanahoria y puerro	Sopa de ave con fideos	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas
Abadejo en salsa de tomate	Garbanzos con patata y zanahoria	Contramuslo de pollo asado en su jugo	Revuelto de huevo y patatas	Hamburguesa de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga y cebolla	Ensalada de tomate fresco	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
23	24	25	26	27
Macarrones integrales aglio-olio	Guiso de alubias blancas con calabaza	Crema de zanahoria	Arroz con pollo al curry	Menestra de verduras salteadas
Merluza al gratén	Tortilla de patata y cebolla	Caldereta de pollo	Guiso de lentejas con verduras	Albóndigas de ave con tomate
Ensalada de lechuga y zanahoria fresca	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Calabacín salteado	Ensalada de col fresca	Puré de patata
Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Fruta fresca de temporada y pan	Fruta fresca de temporada y pan integral	Yogur y pan
30	31	01	02	03
 VACACIONES DE SEMANA SANTA	 VACACIONES DE SEMANA SANTA			

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cerdo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN LECHE HUEVO PESCADO MOLUSCOS CRUSTÁCEOS CACAHUETES FRUTOS CÁSCARA SOJA SÉSAMO MOSTAZA APIO ALTRAMUCCES SULFITOS													
Sin cerdo	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza asada														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla														14
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano														3
		Martes	Primero	Coditos aglio-olio														9
			Segundo	Taco de verduras superfood														9
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														11
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Sopa de ave con fideos														14
			Segundo	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera														14
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria														14
			Segundo	Salmón en salsa de naranja														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones con salsa de tomate casera														9
			Segundo	Merluza a la bilbaína														11
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														14
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla														5
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Pisto de verduras con patata														14
			Segundo	Pollo en salsa con champiñones														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Pavo al horno con tomate y cebolla														
			Guarnición	Patatas al vapor														14
		Viernes	Primero	Arroz con verduras y pollo														
			Segundo	Pizza margarita casera con base vegetal														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de patatas con judía verde, zanahoria														
			Segundo	Abadejo en salsa de tomate														4
			Guarnición	Ensalada de lechuga y cebolla														
		Martes	Primero	Sopa de ave con fideos														14
			Segundo	Garbanzos con patata y zanahoria														14
			Guarnición	Ensalada de tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														14
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con verduras														14
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														14
			Segundo	Hamburguesa de pollo a la plancha														14
			Guarnición	Patata panadera al horno														14
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones integrales aglio-olio														14
			Segundo	Merluza al gratén														9
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria fresca														
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con calabaza														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla														5
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco														14
		Miércoles	Primero	Crema de zanahoria														14
			Segundo	Caldereta de pollo														
			Guarnición	Calabacín salteado														
		Jueves	Primero	Arroz con pollo al curry														
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras														11
			Guarnición	Ensalada de col fresca														14
		Viernes	Primero	Menestra de verduras salteadas														
			Segundo	Albóndigas de ave con tomate														9
			Guarnición	Puré de patata														9
	Semana 5	Lunes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Martes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA														
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa														