



LA PALOMA HIPOCALÓRICO

MARZO 2021

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

Macarrones al ajillo Alérgeno: huevo, gluten Merluza a la plancha con ensalada de lechuga, maíz, cebolla Alérgeno: pescado Fruta	Salteado de verduras Filete de pavo con patatas fritas Yogur desnatado (lácteos y derivados) Fruta	Judías pintas ecológicas con verduras Salmón al horno con ensalada Alérgeno: pescado Fruta	Crema de lombarda y patata Alérgeno: apio Filete de pollo con ensalada lechuga, manzana y zanahoria Fruta	Sopa de picadillo Alérgeno: soja, huevo, gluten Bacalao con rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado Fruta
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Alérgeno: huevo Fruta	Crema de calabacín, puerro y patata Ternera plancha con ensalada tomate, cebolla Fruta	Coliflor rehogada al ajillo Fogonero al horno con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado Fruta	Sopa de cocido con fideos Alérgeno: gluten, huevo Garbanzos con verduras y morcillo Yogur desnatado (lácteos y derivados)	Arroz rehogado al ajillo Palometa a la plancha con ensalada Alérgeno: pescado Fruta
Espaguetis integrales al ajillo Alérgeno: gluten, huevo Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha Alérgeno: pescado Fruta	Sopa de tomate Alérgeno: gluten, huevo Filete de ternera con champiñón Fruta	"Día de San Patricio" Puré de repollo y patata Pollo asado con ensalada, lechuga, maíz, tomate y zanahoria Yogur desnatado (lácteos y derivados)	Judías blancas ecológicas con verduras Salmón al horno con ensalada lechuga, maíz y manzana Alérgeno: pescado Fruta	FIESTA
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Lacón al horno con rodajas de tomate natural Fruta	Crema de champiñón Pavo a la plancha con ensalada Fruta	Judías verdes rehogadas Bacalao a la plancha con rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado Fruta	Sopa de cocido con fideos Alérgeno: gluten, huevo Garbanzos con verduras y morcillo Yogur desnatado (lácteos y derivados)	

SEMANA SANTA