

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

MARZO 2022

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

 Lunes/Monday Macarrones con tomate y queso (pasta sin gluten) Alérgeno: lácteos y derivados, soja Salchichas de pavo con rodajas de tomate natural Alérgeno: soja Piña en su jugo y pan sin gluten (huevo) Kcal. 637 Prot. 27 Lip 20 H.C. 89	dia 1 Judías pintas ecológicas con verduras Salmón al horno con salsa de naranja y patata asada Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 716 Prot. 31 Lip 21 H.C. 101	dia 2 Crema de espinacas Alérgeno: apio Hamburguesa de pollo con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria Fruta de temporada, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 592 Prot. 25 Lip 26 H.C. 65	dia 3 Sopa de picadillo (pasta sin gluten) Alérgeno: soja, huevo Bacalao con patata a la gallega y rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 585 Prot. 25 Lip 20 H.C. 76	dia 4 Guisantes salteados con jamón Tortilla de espinacas con ensalada lechuga y maíz Alérgeno: huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 711 Prot. 29 Lip 32 H.C. 77
	dia 7 Coliflor rehogada con patatas Merluza enharinada (harina sin gluten) con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 657 Prot. 27 Lip 34 H.C. 60	dia 8 Crema de calabacín, puerro y patata Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceitunas Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 824 Prot. 25 Lip 47 H.C. 76	dia 9 Sopa de cocido con fideos (fideos sin gluten) Alérgeno: soja Cocido completo con ternera, chorizo y patata Helado sin gluten (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 611 Prot. 23 Lip 20 H.C. 87	dia 10 Guiso de fideos con calamares y rape (fideos sin gluten) Alérgeno: soja, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurosos Fogonero con pisto (harina sin gluten) Alérgeno: pescado, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 759 Prot. 39 Lip 23 H.C. 100
Espaguetis con tomate, queso y bacon (pasta sin gluten) Alérgeno: soja, lácteos y derivados Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 764 Prot. 36 Lip 25 H.C. 98	dia 14 Sopa de tomate (fideos sin gluten) Alérgeno: soja Albóndigas de pollo con champiñón (harina sin gluten) Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 616 Prot. 30 Lip 22 H.C. 75	dia 15 Puré de repollo y patata Pollo aado con ensalada lechuga, maíz tomate y zanahoria Yogur ECO (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 655 Prot. 51 Lip 24 H.C. 59	dia 16 Judías blancas ecológicas con verduras Salmón al horno con ensalada lechuga, aceitunas, maíz y manzana Alérgeno: pescado Fruta de temporada, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 693 Prot. 30 Lip 26 H.C. 85	dia 17 Paella mixta con verduras Alérgeno: crustáceos, pescados, moluscos, sulfitos y sulfurosos Bacalao con tomate y verduras (harina sin gluten) Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 656 Prot. 33 Lip 18 H.C. 91
	dia 21 Guisantes salteados con jamón Fogonero al horno con ensalada lechuga, maíz, naranja Alérgeno: pescado Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 673 Prot. 34 Lip 25 H.C. 77	dia 22 DÍA MUNDIAL DEL AGUA Crema de champiñón Lomo fresco plancha con patatas fritas Fruta de temporada, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 802 Prot. 27 Lip 37 H.C. 91	dia 23 Sopa de cocido (fideos sin gluten) Alérgeno: soja Cocido madrileño, pollo, ternera, zanahoria Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 665 Prot. 26 Lip 19 H.C. 98	dia 24 Judías verdes rehogadas Bacalao rebozado (harina sin gluten) con patata a la gallega y rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado, huevo Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 557 Prot. 27 Lip 22 H.C. 63
Macarrones con bacon y queso (pasta sin gluten) Alérgeno: lácteos y derivados, soja Merluza rebozada (harina sin gluten) con ensalada Alérgeno: pescado, huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 70 Prot. 33 Lip 27 H.C. 100	dia 28 Crema de calabaza y patata Albóndigas de pollo con champiñón Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 626 Prot. 27 Lip 24 H.C. 77	dia 29 Judías pintas ecológicas con verduras Hamburguesas de pollo con ensalada y plátano frito Yogur (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 666 Prot. 34 Lip 22 H.C. 83	dia 30 Salteado de verduras Escalope de pavo (harina sin gluten) con patatas fritas Alérgeno: huevo Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (huevo) Kcal. 808 Prot. 30 Lip 38 H.C. 86	dia 31 