



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
		3	4	5
		Paella del huerto Hamburguesa de ternera a la plancha Ensalada variada Yogurt natural	Crema suave de calabacín con picatostes Pollo rustido a las finas hierbas Ensalada variada Fruta de temporada	Garbanzos estofados Tortilla a la francesa con atún Ensalada variada Fruta de temporada
8	9	MENU PRIMAVERA 10	11	12
Arroz con salsa de tomate Filete de merluza con ajo y perejil Ensalada variada Yogurt natural	Lentejas melosas con verduras Tortilla de patata con espinacas Ensalada variada Fruta de temporada	Ensalada de pasta primaveral Varitas de pescado rebozadas Patatas chips Fruta de temporada	Judias blancas estofades con verduras Suprema de fogonero a la bizcaina Ensalada variada Fruta de temporada	Brocoli con patatas gratinadas Pinchitos de pavo estofados al wok con salsa de soja Fruta de temporada
15	DIA INTERNACIONAL DE LA CELIAQUIA 16	17	18	19
Espaguetis con salsa boletus Tortilla de calabacín Ensalada variada Yogurt natural	Arroz caldoso de marisco Gallineta al horno con samfaina Ensalada variada + DEGUSTACIÓN PAN SIN GLUTÉN Fruta de temporada	Judía tierna con patata con toque de aceite de oliva Albóndigas mixtas rustidas con salsa de tomate y pimientos Fruta de temporada	Garbanzos guisados con espinacas Filete de maira harinada casera Ensalada variada Fruta de temporada	Sopa de ave con galets Pechuga de pollo a la plancha con ajo y perejil Ensalada variada Fruta de temporada
22	MENÚ VEGGIE 23	24	25	FELIZ CUMPLEAÑOS 26
Crema suave de calabaza con un toque de queso Rodaja de merluza al horno con limón Ensalada variada Yogurt natural	Macarrones a la boloñesa con soja texturizada Croquetas de espinacas Ensalada variada Fruta de temporada	Lentejas estofadas con arroz Tortilla a la francesa Ensalada variada Fruta de temporada	Ensalada de patata con toque de mayonesa Jamoncitos de pollo al horno Ensalada variada Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate Lomo adobado a la plancha Ensalada variada Bizcocho casero
29	30	31		
Fideua mixta Merluza al horno con salsa de tomate Ensalada variada Yogurt natural	Judias blancas estofadas con verduras Tortilla de jamón dulce Ensalada variada Fruta de temporada	Arroz 3 delicias Alitas de pollo adobadas Ensalada variada Fruta de temporada		

PAN INTEGRAL

Todos los lácteos son de de "La Fageda"

TÉCNICA CULINARIA

* Salsa Napolitana:
Tomate frito y cebolla *
Salsa Bolonyesa:
Cebolla, tomate, zanahoria, orenga y pimiento * Salsa Carbonara: Cebolla, crema de leche, nata.
*Colegial: con hortalizas

VAPOR:

Los platos de verduras y hortalizas que se ofrecen en la Cocina Central en servicio de catering, se elaboran al vapor así manteniendo todas sus propiedades

ENSALADA VARIADA:

lechuga, zanahoria, maíz, remolacha, atún, tomate, aceitunas.

FRUTA Y VERDURA ECOLÓGICA



Menú validado por Dietista-Nutricionista colegiada CAT001988