

ADAPTACIÓN ESTÁNDAR



MARZO 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
		Crema de lentejas estofadas Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Crema de verduras con patatas Merluza al horno con zanahorias Yogur	Crema de garbanzos estofados Pollo al ajillo con ensalada Fruta de temporada
6	7	8	9	10
Crema de puchero andaluz Perca a la plancha con pimientos asados Fruta de temporada	Crema de patatas con verduras Croquetas de puchero con zanahorias aliñadas Yogur	Crema de alubias con verduras Merluza en salsa con ensalada de tomates Fruta de temporada	Crema de patatas con verdura Jamoncitos de pollo con judías verdes Yogur	Crema de con verduras Tortilla de patata con rodajas de tomate Fruta de temporada
13	14	15	16	17
Crema de lentejas estofadas Varitas de pescado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabacín y zanahorias Albóndigas de pollo con patatas panaderas Yogur	Crema de patatas y judías verdes Merluza al horno con menestra Fruta de temporada	Crema de garbanzos con verduras Lomo de cerdo adobado con ensalada de tomate Yogur	Crema de verduras con patata Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y remolacha Fruta de temporada
20	21	22	23	24
Crema de alubias con verduras Croquetas de pescado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahorias con puerros Canelones de ternera Fruta de temporada	Crema de verduras con arroz Perca guisada con verduras y patatas Yogur	Puré de puchero con garbanzos, arroz y verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	Crema de verduras con patata Ternera guisada con verduras Fruta de temporada
27	28	29	30	31
Crema de arroz con verduras Carrillada de cerdo a la jardinera Yogur	Crema de zanahorias y calabacín caprichos de calamar con ensalada con patatas panaderas Fruta de temporada	Puré de lentejas con verduras y arroz Hamburguesa de pollo con verduras salteadas Fruta de temporada	Sopa de picadillo con arroz Tortilla de verduras Fruta de temporada	Crema de verduras Finger de pollo fritos con patatas Fruta de temporada

todos los menús van acompañados de **pan integral y agua.**

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103