

SIN CERDO

LUNES 4 MARTES 5 MIERCOLES 6 JUEVES 7 VIERNES 8

FIESTA		Macarrones con salsa de tomate Croquetas de bacalao Lechuga, olivas y soja (SO)	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de merluza con salsa de tomate Lechuga, pepino y maiz	Garbanzos con verduritas Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras																			
		INF. Yogurt (L) PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.																			
583	62	24	23	854	63	46	47	614	72	25	26	746	77	31	36	579	85	23	15	922	100	39	41

LUNES 11 MARTES 12 MIERCOLES 13 JUEVES 14 VIERNES 15

Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de ave al horno Arroz blanco salteado	Judías blancas guisadas (S) Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz	Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas																																			
INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Yogurt (L) PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.																																			
599	74	22	25	725	56	32	39	612	70	30	24	752	76	39	33	574	54	23	19	720	74	33	27	689	94	23	25	960	117	32	42	677	90	30	29	817	87	42	34

LUNES 18 MARTES 19 MIERCOLES 20 JUEVES 21 VIERNES 22

Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino	Crema de verduras de temporada Tortilla de patatas Espirales con aceite y oregano	LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja	Borraja con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate	DIA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maiz																																			
INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Yogurt (L) PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.																																			
583	76	24	20	862	101	31	36	590	55	24	31	750	59	21	38	574	63	27	21	759	58	46	38	614	64	24	31	727	65	30	39	576	72	20	21	761	76	24	29

LUNES 25 MARTES 26 MIERCOLES 27

Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maiz y zanahoria	Lentejas guisadas con verduritas (S) Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas	Macarrones con aceite de oliva y oregano Croquetas de bacalao Lechuga, zanahoria y soja (SO)	¡Feliz Semana Santa y Pascua! happy Easter																																			
INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.	INF. Yogurt (L) PRI.																																				
597	78	23	22	835	90	33	39	620	81	23	23	766	93	26	32	583	62	24	23	854	63	46	47															

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)

TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN CARNE

primavera

VIERNES		1
Sopa de caldo vegetal con pasta		
Filete de merluza al horno		
Variedad de ensalada		
INF.	Fruta de temporada	PRI.
581	58 30 21 802 98	37 29

LUNES		4	MARTES		5	MIÉRCOLES		6	JUEVES		7	VIERNES		8	
<h1 style="color: orange;">FIESTA</h1>				Merluza al horno Croquetas de bacalao Lechuga, olivas y soja		Yogurt		Fruta de temporada		Crema de brócoli, ceba y patata Filete de merluza con salsa de tomate Lechuga, pepino y maiz		Macarrones con salsa de tomate Garbanzos con verduras Salsa de naranja y verduras		Fruta de temporada	
583	62 24 23 790 70	36 41	614	72 25 26 708 91	18 32	576	84 22 14 802 98	37 29							

LUNES		11	MARTES		12	MIÉRCOLES		13	JUEVES		14	VIERNES		15	
Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Tortilla francesa Arroz blanco salteado		Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz		Sopa de pescado con arroz Tortilla de patata Lechuga, zanahoria y pepino		Yogurt		Espirales con salsa de tomate Colas de rape al horno Lechuga, olivas y maiz		Lentejas guisadas con verduras Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas		Fruta de temporada	
599	74 22 25 728 70	22 32	612	70 30 24 752 76	39 33	574	54 23 19 720 74	33 27	689	94 23 25 738 86	35 29	677	90 30 29 817 87	42 34	

LUNES		18	MARTES		19	MIÉRCOLES		20	JUEVES		21	VIERNES		22	
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, zanahoria y pepino		Fruta de temporada		Crema de verduras de temporada Tortilla de patatas Espirales con aceite y oregano		LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados con espinacas		Yogurt		Borrajá con patata Canelones de espinacas Lechuga, tomate y olivas		DÍA DEL AGUA Sopa de caldo vegetal con pasta Colas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maiz		Fruta de temporada	
583	76 24 20 840 110	18 36	562	55 24 31 750 75	17 35	544	63 27 21 860 75	43 43	614	64 24 31 930 95	28 50	576	72 20 21 661 76	24 29	

LUNES		25	MARTES		26	MIÉRCOLES		27	
Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lachuga, maiz y zanahoria		Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas		Macarrones con aceite de oliva y oregano Croquetas de bacalao Lechuga, zanahoria y soja		Yogurt	
597	78 23 22 835 90	33 39	620	81 23 23 766 93	26 32	583	62 24 23 790 70	36 41	

¡Feliz Semana Santa y Pascua!

happy Easter

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD
MEX-PTA
CASA DE COMIDAS e ITALIANI
"Gemma Paz" 10/12/23
Col. Nueva, CAL 70119322



Valores nutricionales:
INF. (3-8 AÑOS)
PRI.: (9-12 AÑOS)

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ MARZO 2024



SIN GLUTEN

LUNES		4		MARTES		5		MIÉRCOLES		6		JUEVES		7		VIERNES		8	
																		<p>Sopa de caldo con pasta (S/G)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES		11		MARTES		12		MIÉRCOLES		13		JUEVES		14		VIERNES		15	
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones (S/G) con salsa de tomate</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Yogurt</p> <p>Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata</p> <p>Albondigas de ternera con salsa de tomate</p> <p>Lechuga, pepino y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Salsa de naranja y verduras</p> <p>Fruta de temporada</p>											
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva</p> <p>Salchichas de carne mixta al horno</p> <p>Arroz blanco salteado</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Pasta S/G con salsa de tomate</p> <p>Pollo rebozado con harina de maíz</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de lechugas</p> <p>Fruta de temporada</p>											
LUNES		18		MARTES		19		MIÉRCOLES		20		JUEVES		21		VIERNES		22	
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales (S/G) con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajita con patata</p> <p>Filete de pavo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta (S/G)</p> <p>Colitas de rape a la marinera</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>											
LUNES		25		MARTES		26		MIÉRCOLES		27		<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</p> <p>happy Easter</p>							
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones (S/G) con aceite de oliva y oregano</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>															

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE AJO DUECO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL.



SIN LACTOSA

		VIERNES		1		<p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>			
LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones con salsa de tomate</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Yogurt de soja</p> <p>Yogurt de soja</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata</p> <p>Filete de merluza con salsa de tomate</p> <p>Lechuga, pepino y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Salsa de naranja y verduras</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva</p> <p>Salchichas de carne mixta al horno</p> <p>Arroz blanco salteado</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt de soja</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo sin leche</p> <p>Lechuga, olivas y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Revuelto de champiñones</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maiz y soja</p> <p>Yogurt de soja</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Filete de pavo con queso (S/L)</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Colas de rape con salsa marinera</p> <p>Lechuga, zanahoria y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27	<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</p>			
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, maiz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt de soja</p>					

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD

Gema Pupo Nuñez
 Cof. N.ºm. CA1001322



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN PLV

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	



MENÚ MARZO 2024



SIN PESCADO Y SIN MARISCO

								VIERNES 1 Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
LUNES 4		MARTES 5		MIÉRCOLES 6		JUEVES 7		VIERNES 8	
FIESTA				Macarrones con salsa de tomate Salchichas al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt		Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada		Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	
LUNES 11		MARTES 12		MIÉRCOLES 13		JUEVES 14		VIERNES 15	
Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salsichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Pollo al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada		Sopa de caldo vegetal con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Tortilla francesa Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES 18		MARTES 19		MIÉRCOLES 20		JUEVES 21		VIERNES 22	
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados Lomo al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borracha con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		DÍA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta Fingers de pollo Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES 25		MARTES 26		MIÉRCOLES 27		¡Feliz Semana Santa y Pascua! 			
Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Tortilla de calabacín Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Salchichas al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt					

EL MENÚ SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN FRUTOS SECOS

								VIERNES		1
										<p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>
LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8	
				<p>Macarrones con salsa de tomate</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Yogurt</p> <p>Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata</p> <p>Albóndigas de ternera con salsa de tomate</p> <p>Lechuga, pepino y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduras</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Salsa de naranja y verduras</p> <p>Fruta de temporada</p>		
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15	
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva</p> <p>Salchichas de carne mixta al horno</p> <p>Arroz blanco salteado</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada</p>		
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22	
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Filete de pavo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Colitas de rape a la marinera</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27	<p><i>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</i></p> <p><i>happy Easter</i></p>				
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>						

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUÍADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

				<p>VIERNES 1</p> <p>Sopa de caldo con pasta Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*</p>					
<p>LUNES 4</p> <p>FIESTA</p>		<p>MARTES 5</p> <p>5 MAR 20 RZA 20 DA9</p>		<p>MIÉRCOLES 6</p> <p>Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt</p>		<p>JUEVES 7</p> <p>Crema de brócoli, cebolla y patata Bistec de pollo al horno Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada*</p>		<p>VIERNES 8</p> <p>Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*</p>	
<p>LUNES 11</p> <p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*</p>		<p>MARTES 12</p> <p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada*</p>		<p>MIÉRCOLES 13</p> <p>Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt</p>		<p>JUEVES 14</p> <p>Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada*</p>		<p>VIERNES 15</p> <p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*</p>	
<p>LUNES 18</p> <p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacin Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada*</p>		<p>MARTES 19</p> <p>Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada*</p>		<p>MIÉRCOLES 20</p> <p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos guisados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt</p>		<p>JUEVES 21</p> <p>Borrajá con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada*</p>		<p>VIERNES 22</p> <p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada*</p>	
<p>LUNES 25</p> <p>Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada*</p>		<p>MARTES 26</p> <p>Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada*</p>		<p>MIÉRCOLES 27</p> <p>Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt</p>		<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</p> <p>happy Easter</p>			

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD

1000
CALLE CALLE CALLE CALLE
Gémina Pupo Nuñez
Cel. N°m. CA1001322



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

						VIERNES	1		
<p>Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*</p>									
LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga y soja Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata Bistec de pollo al horno Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada*</p>		<p>Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*</p>	
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*</p>		<p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada*</p>		<p>Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga y maíz Fruta de temporada*</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*</p>	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada*</p>		<p>Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón y queso Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada*</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt</p>		<p>Borrajita con patata Lomo con loncha de queso Lechuga y tomate Fruta de temporada*</p>		<p>DÍA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada*</p>	
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27	<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua! <i>happy Easter</i></p>			
<p>Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada*</p>		<p>Lentejas guisadas con verduras Tortilla de calabacín Lechuga y pepino Fruta de temporada*</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt</p>					

EL MENÚ SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD

Gema Pupo Nuñez
 Cof. N.ºm. CAT019322



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN POLLO Y SIN PAVO

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	
								<p>Sopa de caldo vegetal con pasta Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada</p>	
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduras Lomo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada</p>	
11		12		13		14		15	
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate Escalopa de ternera Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada</p>	
18		19		20		21		22	
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Tortilla francesa Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos guisados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata Lomo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo vegetal con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada</p>	
25		26		27					
<p>Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt</p>		<p><i>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</i></p> <p>happy Easter</p>			

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	
				<p>SIN GARBANZOS</p>		<p>VIERNES 1</p> <p>Sopa de caldo con pasta Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada</p>			
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada</p>		<p>VIERNES 8</p> <p>Lentejas con verduritas Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada</p>	
11		12		13		14		15	
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada</p>		<p>VIERNES 15</p> <p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada</p>	
18		19		20		21		22	
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón y queso Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Lentejas estofadas con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata Lomo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada</p>	
25		26		27					
<p>Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas Tortilla espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt</p>		<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</p> <p>happy Easter</p>			

EL MENÚ SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	
								<p>SIN LENTEJAS</p> <p>VIERNES 1</p> <p>Sopa de caldo con pasta Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada</p>	
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada</p>	
11		12		13		14		15	
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada</p>	
18		19		20		21		22	
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA</p> <p>Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata Lomo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada</p>		<p>DÍA DEL AGUA</p> <p>Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada</p>	
25		26		27		<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua!</p> <p>happy Easter</p>			
<p>Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos guisados con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt</p>					

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUARADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN ALUBIAS

VIERNES 1

Sopa de caldo con pasta
Filete de merluza al horno
Variedad de ensalada
Fruta de temporada



primavera



LUNES

4

MARTES

5

MIÉRCOLES

6

JUEVES

7

VIERNES

8

FIESTA



Macarrones con salsa de tomate
Bacalao al horno
Lechuga, olivas y soja
Yogurt
Yogurt

Crema de brócoli, cebolla y patata
Albóndigas de ternera con salsa de tomate
Lechuga, pepino y maíz
Fruta de temporada

Garbanzos con verduras
Jamoncitos de pollo al horno
Salsa de naranja y verduras
Fruta de temporada

LUNES

11

MARTES

12

MIÉRCOLES

13

JUEVES

14

VIERNES

15

Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva
Salchichas de carne mixta al horno
Arroz blanco salteado
Fruta de temporada

Garbanzos guisados
Bacalao al horno con pimentón
Lechuga, tomate y maíz
Fruta de temporada

Sopa de pescado con arroz
Tortilla de patatas
Lechuga, zanahoria y pepino
Yogurt

Espirales con salsa de tomate
Escalopa de pollo
Lechuga, olivas y maíz
Fruta de temporada

Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)
Filete de merluza al horno
Variedad de ensaladas
Fruta de temporada

LUNES

18

MARTES

19

MIÉRCOLES

20

JUEVES

21

VIERNES

22

Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín
Bistec de pollo al horno
Lechuga, zanahoria y pepino
Fruta de temporada

Crema de verduras de temporada
Revuelto de jamón
Espirales con aceite y oregano
Fruta de temporada

LLEGADA DE LA PRIMAVERA
Garbanzos estofados con espinacas
Filete de merluza al horno con base de cebolla
Lechuga, maíz y soja
Yogurt

Borrajá con patata
Filete de pavo con loncha de queso
Lechuga, olivas y tomate
Fruta de temporada

DÍA DEL AGUA
Sopa de caldo con pasta
Colitas de rape a la marinera
Lechuga, zanahoria y maíz
Fruta de temporada

LUNES

25

MARTES

26

MIÉRCOLES

27

Arroz con salsa de tomate casero
Filete de abadejo al horno
Lechuga, maíz y zanahoria
Fruta de temporada

Lentejas guisadas con verduras
Tortilla de espinacas
Lechuga, pepino y olivas
Fruta de temporada

Macarrones con aceite de oliva y oregano
Bacalao al horno
Salsa de naranja
Lechuga, zanahoria y soja
Yogurt



EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑAJADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

SIN LENTEJAS Y SIN ALUBIAS

						VIERNES	1		
						Sopa de caldo con pasta Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada			
LUNES	4	MARTÉS	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
				Macarrones con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt Yogurt	Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada	Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada			
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada		Garbanzos guisados Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada		Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada		Garbanzos a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos guisados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		 Borracha con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		DÍA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27	¡Feliz Semana Santa y Pascua! 			
Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Garbanzos guisados con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt					

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑAJADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

NO PASTA

VIERNES 1

Sopa de caldo con arroz
Salchichas de ternera al horno
Variedad de ensalada
Fruta de temporada



LUNES 4

MARTES 5

MIÉRCOLES 6

JUEVES 7

VIERNES 8

FIESTA



Arroz con salsa de tomate
Bacalao al horno
Lechuga, olivas y soja
Yogurt
Yogurt

Crema de brócoli, cebolla y patata
Albóndigas de ternera con salsa de tomate
Lechuga, pepino y maíz
Fruta de temporada

Garbanzos con verduritas
Jamoncitos de pollo al horno
Salsa de naranja y verduras
Fruta de temporada

LUNES 11

MARTES 12

MIÉRCOLES 13

JUEVES 14

VIERNES 15

Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva
Salchichas de carne mixta al horno
Arroz blanco salteado
Fruta de temporada

Judías blancas guisadas
Bacalao al horno con pimentón
Lechuga, tomate y maíz
Fruta de temporada

Sopa de pescado con arroz
Tortilla de patatas
Lechuga, zanahoria y pepino
Yogurt

Arroz con salsa de tomate
Escalopa de pollo
Lechuga, olivas y maíz
Fruta de temporada

Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)
Filete de merluza al horno
Variedad de ensaladas
Fruta de temporada

LUNES 18

MARTES 19

MIÉRCOLES 20

JUEVES 21

VIERNES 22

Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín
Hamburguesa de coliflor y queso
Lachuga, maíz y zanahoria
Fruta de temporada

Crema de zanahoria
Revuelto de jamón y queso
Arroz con aceite y oregano
Fruta de temporada

LLEGADA DE LA PRIMAVERA
Arroz con aceite de oliva y oregano
Jamoncitos de pollo al horno
Salsa de naranja
Yogurt

Lentejas guisadas con verduritas
Tortilla de espinacas
Lechuga, tomate y olivas
Fruta de temporada

DÍA DEL AGUA
Garbanzos con patata y aceite de oliva
Albóndigas de merluza con salsa de tomate
Champiñones
Fruta de temporada

LUNES 25

MARTES 26

MIÉRCOLES 27

Arroz con salsa de tomate casero
Filete de abadejo al horno
Lachuga, maíz y zanahoria
Fruta de temporada

Lentejas guisadas con verduritas
Tortilla de espinacas
Lechuga, pepino y olivas
Fruta de temporada

Arroz con aceite de oliva y oregano
Bacalao al horno
Salsa de naranja
Lechuga, zanahoria y soja
Yogurt



EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AJUÍRADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

NO FRUCTOSA

VIERNES 1

Macarrones con dados de calabacín
Filete de merluza al horno
Lechuga y olivas negras
Yogurt natural

VIERNES 8

Espirales con champiñones
Jamoncitos de pollo al horno
Calabacín al horno
Yogurt natural

VIERNES 15

Puré de patata
Filete de merluza al horno
Variedad de lechugas
Yogurt natural

VIERNES 22

DÍA DEL AGUA

Espirales con queso
Colas de rape al horno
Variedad de lechugas
Yogurt natural

LUNES 4

MARTES 5

MIÉRCOLES 6

JUEVES 7

FIESTA



Macarrones con queso
Bacalao al horno
Lechuga y olivas negras
Yogurt natural

Crema de brócoli, cebolla y patata
Dados de ternera en su jugo
Lechuga y pepino (max 50g)
Yogurt natural

LUNES 11

MARTES 12

MIÉRCOLES 13

JUEVES 14

Judía verde (max 50g) y patata
Lomo al horno
Arroz blanco salteado
Yogurt natural

Macarrones con champiñones
Bacalao al horno
Lechuga y tomate (max 50g)
Yogurt natural

Arroz con aceite y oregano
Tortilla francesa
Lechuga y pepino
Yogurt natural

Espirales con queso
Escalopa de pollo (c/pan rallado)
Lechuga y olivas negras
Yogurt natural

LUNES 18

MARTES 19

MIÉRCOLES 20

JUEVES 21

Arroz con calabacín
Bistec de pollo al horno
Lechuga y pepino (max 50g)
Yogurt natural

Crema de brocoli con patata
Revuelto de queso
Espirales con aceite y oregano
Yogurt natural

LLEGADA DE LA PRIMAVERA
Macarrones con espinacas
Filete de merluza al horno
Lechuga y pepino (max 50g)
Yogurt natural



Acelgas con patata
Filete de pavo con loncha de queso
Lechuga, olivas negras y tomate (max 50g)
Yogurt natural



LUNES 25

MARTES 26

MIÉRCOLES 27

Arroz con aceite y oregano
Filete de abadejo al horno
Lechuga y tomate (max 50g)
Yogurt natural

Puré de patata
Tortilla francesa
Lechuga, pepino (max 50g) y olivas negras
Yogurt natural

Macarrones con aceite de oliva y oregano
Bacalao al horno
Lechuga y tomate (max 50g)
Yogurt natural



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL.



LUNES		4		MARTES		5		MIÉRCOLES		6		JUEVES		7		VIERNES		8	
LUNES		11		MARTES		12		MIÉRCOLES		13		JUEVES		14		VIERNES		15	
FIESTA Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de pavo al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada		5 MA RZA DA 9 Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada		Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt de soja Yogurt de soja		Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de merluza con salsa tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada		Garbanzos con verduras Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada											
LUNES		18		MARTES		19		MIÉRCOLES		20		JUEVES		21		VIERNES		22	
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduras de temporada Salchichas de pavo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada		LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt de soja		 Borracha con patata Filete de pavo al horno Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		DÍA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta (sin huevo) Colas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada											
LUNES		25		MARTES		26		MIÉRCOLES		27									
Arroz con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Salchichas de pavo al horno Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones (sin huevo) con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt de soja		¡Feliz Semana Santa y Pascua! 													

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y AHIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
4		5		6		7		8	
								<p>Sopa de caldo con pasta integral Filete de merluza al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada</p>	
<p>FIESTA</p>				<p>Macarrones integrales con salsa de tomate Bacalao al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada Fruta de temporada</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata Albóndigas de ternera con salsa de tomate Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos con verduritas Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada</p>	
11		12		13		14		15	
<p>Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz integral salteado Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de pescado con arroz integral Tortilla a la francesa Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones integrales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada</p>	
18		19		20		21		22	
<p>Arroz integral con salsa tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón Macarrones integrales con aceite y oregano Fruta de temporada</p>		<p>LLEGADA DE LA PRIMAVERA Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada</p>		<p>Borrajá al vapor Lomo a la plancha Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada</p>		<p>DIA DEL AGUA Sopa de caldo con pasta integral Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada</p>	
25		26		27					
<p>Arroz integral con salsa de tomate casero Filete de abadejo al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas (S) Tortilla de espinacas (H) Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones integrales con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Fruta de temporada</p>		<p>¡Feliz Semana Santa y Pascua! happy Easter</p>			

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑAJADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

