

MARZO 2018



Alergia al Pescado y Marisco

			JUEVES 1	VIERNES 2
			1º Puré de verduras frescas (acelgas, zanahoria, patatas)	1º Arroz blanco con salsa de tomate
			2º Tortilla de patatas con loncha de queso	2º Lacón al horno con piperrada
			P Naranja	P Natillas de vainilla
			Cena: Ensalada y pollo	Cena: Verdura y ternera
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
1º Lentejas estofadas	1º Arroz con verduras	1º Sopa de letras	1º Judías verdes rehogadas	1º Macarrones con salsa de tomate
2º Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y tomate	2º Revuelto de huevo con patata y jamón York	2º Albóndigas de pollo en salsa suave con patatas dado	2º Estofado de ternera con verduras	2º Pollo al horno en salsa verde
P Manzana	P Mandarina	P Pera	P Plátano	P Yogurt. Pan integral
Cena: Ensalada y ternera	Cena: Verdura y pavo	Cena: Arroz y huevo	Cena: Ensalada y cerdo	Cena: Verdura y pollo
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
1º Porrusalda	1º Arroz tres delicias	1º Judías blancas estofadas con chorizo	1º Cocido madrileño: sopa de fideos	1º Tallarines con salsa de tomate
2º Hamburguesa de ternera en salsa jardinera	2º Filete de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria	2º Cinta de lomo al horno en salsa verde	2º Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo	2º Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz
P Naranja	P Manzana	P Mandarina	P Pera	P Yogurt
Cena: Arroz y huevo	Cena: Ensalada y ternera	Cena: Verdura y pavo	Cena: Ensalada y cerdo	Cena: Verdura y pollo
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
1º Macarrones napolitana	1º Sopa de estrellas con pollo y huevo	1º Patatas a la riojana	1º Crema de calabaza y zanahoria	SEMANA SANTA
2º Filete de pollo en salsa meniere	2º Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate	2º Lomo asado en salsa de manzana	2º Estofado de pavo con verduras	
P Pera	P Naranja	P Manzana	P Plátano	
Cena: Ensalada y ternera	Cena: Verdura y ternera	Cena: Ensalada y ave	Cena: Pasta y huevo	
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
SEMANA SANTA				

El menú irá acompañado de **agua y pan**. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Temática y talleres programados: Mes de la GIMNASIA. Taller de Carnaval. Juegos de mini-gimnasia. Dinámicas de habilidades sociales. Programa alumnos felices.