

MARZO 2018



Alergia a Proteína de Vaca

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

NOTA: En los casos en los que haya **Intolerancia la Lactosa** y no haya alergia a la ternera, únicamente se retirarán los lácteos del menú (manteniendo la ternera)

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

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

Sugerencias de merienda: incluir un producto de SOJA 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.