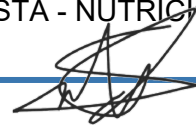


MARZO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas Ecológicas Estofadas ²  Lomo con Pimientos Fruta de Temporada	Puré de Verdura ³ Hamburguesa con Ensalada Fruta de Temporada	Alubias Blancas con Verdura ⁴ Tortilla de Bonito  Fruta de Temporada	Arroz con Tomate ⁵ Pollo en Salsa Yogur Ecológico 	Patatas a la Riojana ⁶ Pescado Temporada con Ensalada  Fruta de Temporada
Macarrones con Tomate ⁹  Escalope con Ensalada Fruta de Temporada	Garbanzos con Espinacas ¹⁰ Salchichas con Puré Fruta de Temporada	Patatas con Costilla ¹¹ Tortilla de Bonito  Yogur Ecológico 	Guisantes con Jamón ¹² Pescado Temporada con Ensalada  Fruta de Temporada	Albias Rojas con Verdura ¹³ Albóndigas de Ternera Fruta de Temporada
Spaguetti Carbonara ¹⁶  Filete de Lomo con Patatas Fruta de Temporada	Lentejas Ecológicas Estofadas ¹⁷  Merluza a la Romana con Ensalada  Fruta de Temporada	Puré de Verdura ¹⁸ Huevos Rellenos  Fruta de Temporada	Alubias Rojas ¹⁹ Pescado Temporada con Ensalada  Yogur Ecológico 	Ensalada de Pasta ²⁰  Carne Guisada con Patatas Fruta de Temporada
Arroz Tres Delicias ²³ Revuelto de Setas  Fruta de Temporada	Judias con Patatas ²⁴ Albóndigas de Pescado  Fruta de Temporada	Alubias Blancas con Verdura ²⁵ Croquetas  Yogur Ecológico 	Patatas en Salsa Verde ²⁶ Pescado de Temporada  Fruta de Temporada	Garbanzos con Verdura ²⁷ Pavo en Salsa Fruta de Temporada
			SANDRA CORRAL GONZÁLEZ DIETISTA - NUTRICIONISTA 	

- *En el comedor se sirven las cantidades acordes a la edad de los niños/as, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades.**
- *Uso de sal yodada en la elaboración de los platos.**
- *Una vez por semana consumimos yogurt ecológico de la Granja La Sierra**
- *Una vez por semana se consume legumbre ecológica**
 - *Las ensaladas se aliñan con Aceite de Oliva.**
- *Frutas de temporada: manzana, pera, plátano....**
- *Se ofrece pan integral dos días a la semana**
 - *El menú incluye agua y pan.**
- * Pescado de temporada: sardinas, bocartes**
- * Estos menús han sido revisados y aprobados por la dietista-nutricionista, Sandra Corral González.**
 - * Por causa de fuerza mayor cocina se reserva el derecho de hacer cambios en el menú.**