

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>DIA 2</p> <p>FIESTA</p>	<p>DIA 3</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS ESCALOPE DE LOMO EMPANADO CON PATATAS FRITAS FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 839 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 44 H. CARBONO (g.) 88</p> <p>CENA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS ALITAS DE POLLO A LA BARBACOA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 4</p> <p>JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS POLLO ESTOFADO CON ARROZ INTEGRAL YOGUR - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 677 PROTEINAS (g.) 36 GRASA (g.) 14 H. CARBONO (g.) 102</p> <p>CENA</p> <p>SOPA DE FIDEOS MAGRO A LA JARDINERA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 5</p> <p>CREMA DE JUDÍAS VERDES, PATATA Y ZANAHORIA FILETE DE MERLUZA ADOBADA CON LECHUGA, TOMATE Y SOJA FRUTA Y LECHE - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 609 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 73</p> <p>CENA</p> <p>ENSALADA DE PASTA JAMÓN COCIDO A LA PLANCHA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 6</p> <p>GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURA TORTILLA DE YORK CON PATATAS FRITAS FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 749 PROTEINAS (g.) 28 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 96</p> <p>CENA</p> <p>LOMBARDA CON PATATAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR - PAN</p>
<p>DIA 9</p> <p>ARROZ CON TOMATE BOUCHONES DE MERLUZA EMPANADOS CON ENSALADA DE LECHUGA FLAN DE VAINILLA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 689 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 92</p> <p>CENA</p> <p>REPOLLO AL AJO ARRIERO CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 10</p> <p>JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN HAMBURGUESA CON TOMATE Y PATATAS FRITAS FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 762 PROTEINAS (g.) 26 GRASA (g.) 34 H. CARBONO (g.) 88</p> <p>CENA</p> <p>ENSALADA CAMPERA TRUCHA AL HORNO FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 11</p> <p>FIDEUA ALCANTINA, JUDÍA VERDE, CALAMAR Y TOMATE BROCHETA DE POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 659 PROTEINAS (g.) 35 GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g.) 85</p> <p>CENA</p> <p>CREMA DE CALABAZA BACALAO AL HORNO CON VERDURAS YOGUR - PAN</p>	<p>DIA 12</p> <p>CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS BONITO CON TOMATE Y PATATAS AL VAPOR FRUTA Y LECHE - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 626 PROTEINAS (g.) 21 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 74</p> <p>CENA</p> <p>ENSALADA COMPLETA CINTA FRESCA A LA PLANCHA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 13</p> <p>LENTEJAS CON ZANAHORIA, CEBOLLA, PIMIENTO TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA, LECHUGA, TOMATE Y SOJA FRUTA - PAN INTEGRAL</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 665 PROTEINAS (g.) 27 GRASA (g.) 24 H. CARBONO (g.) 84</p> <p>CENA</p> <p>SOPA DE PASTA POLLO EN PEPITORIA FRUTA - PAN</p>
<p>DIA 16</p> <p>CODITOS GRATINADOS CON ATÚN, TOMATE Y QUESO MERLUZA MARINERA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 659 PROTEINAS (g.) 34 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 74</p> <p>CENA</p> <p>ESPÁRRAGOS CON SALSA ROSA FILETE DE TERNERA CON PATATAS FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 17</p> <p>SOPA DE VERDURAS CON ARROZ RAGOUT DE MORCILLO CON PATATAS FRITAS FRUTA Y LECHE - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 671 PROTEINAS (g.) 27 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 84</p> <p>CENA</p> <p>ENSALADA MIXTA LENGUADO EN SALSA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 18</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y CHORIZO JAMONCITOS DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 622 PROTEINAS (g.) 31 GRASA (g.) 19 H. CARBONO (g.) 81</p> <p>CENA</p> <p>CHAMPIÑONES AL AJILLO PERCA AL HORNO YOGUR - PAN</p>	<p>DIA 19</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA FRITURA DE PESCADO CON LECHUGA, TOMATE Y MAIZ FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 621 PROTEINAS (g.) 23 GRASA (g.) 27 H. CARBONO (g.) 73</p> <p>CENA</p> <p>SOPA DE PESCADO SALCHICHAS FRESCAS ENCEBOLLADAS FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 20</p> <p>PATATAS CON CHORIZO HUEVOS CON TOMATE, ARROZ BLANCO Y CHAMPÍNON FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 657 PROTEINAS (g.) 18 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 96</p> <p>CENA</p> <p>CREMA DE PUERROS MERLUZA AL HORNO FRUTA - PAN</p>
<p>DIA 23</p> <p>ESPAGUETIS CARBONARA ABADEJO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 680 PROTEINAS (g.) 35 GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g.) 91</p> <p>CENA</p> <p>ALCACHOFAS SALTEADAS RAGOUT DE TERNERA CON TOMATE FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 24</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO MADRILEÑO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO Y PATATA FRUTA Y LECHE - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 670 PROTEINAS (g.) 25 GRASA (g.) 19 H. CARBONO (g.) 99</p> <p>CENA</p> <p>PURÉ DE VERDURAS CABALLA EN ESCABECHE CON TOMATE NATURAL FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 25</p> <p>CREMA DE CALABAZA, PATATA Y PUERRO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA Y LECHE - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 623 PROTEINAS (g.) 20 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 80</p> <p>CENA</p> <p>SOPA DE PASTA SALCHICHAS DE PAVO CON PATATAS FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 26</p> <p>PAELLA VALENCIANA CON POLLO Y VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON PATATAS AL VAPOR YOGUR - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 718 PROTEINAS (g.) 35 GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g.) 91</p> <p>CENA</p> <p>VERDURAS ASADAS CALAMAR A LA PLANCHA FRUTA - PAN</p>	<p>DIA 27</p> <p>JUDIAS PINTAS CON VERDURAS CONTRA DE POLLO EN PEPITORIA CON ARROZ BLANCO FRUTA - PAN</p> <p>ENERGIA (Kcal.) 659 PROTEINAS (g.) 32 GRASA (g.) 14 H. CARBONO (g.) 103</p> <p>CENA</p> <p>ESPÁRRAGOS A LA PLANCHA EMPERADOR AL LIMÓN FRUTA - PAN</p>
<p>DIA 30</p> <p>FIESTA</p>				

El personal de Hotaza pone a su disposición, información relativa a alérgenos. En cumplimiento del Reglamento UE 1169/2011

ESTUDIO COMPARATIVO	ENERGÍA (Kcal.)	PROTEINAS (g.)	GRASA (g.)	H. CARBONO (g.)
Recomendación diaria (U.C.M.)	2000	12-15%	30-35%	50-60%
Recomendación comida - 30-35%	600-700	12-15%	30-35%	50-60%
Aporte menú HOTAZA	677	16%	33%	51%



ABRIL

MENÚ SIN GLUTEN

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos sin gluten Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta sin gluten Jamón york a la plancha Fruta - Pan
6	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
9	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
11	Fideua sin gluten, judía verde y tomate Filete de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pasta sin gluten Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Pasta sin gluten con atún y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
18	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Perca al horno Yogur - Pan
19	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con verduras y jamon Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
23	Pasta sin gluten con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de cocido con fideos sin gluten Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Leche - Pan	Sopa de pasta sin gluten Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
27	Judías pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Emperador al limón Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA



ABRIL

MENÚ SIN HUEVO

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
6	Garbanzos estofados con verdura Filete de ternera con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
9	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera (sin huevo) Trucha al horno Fruta - Pan
11	Fideua sin huevo, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Pavo plancha con cebolla lechuga y tomate Fruta - Pan integral	Sopa de pasta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Pasta sin huevo con atún y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos a la vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
18	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Perca al horno Yogur - Pan
19	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con verduras y jamon Filete de ternera, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
23	Pasta sin huevo con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de cocido con fideos sin huevo Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Hamburguesa con ensalada de lechuga Fruta y Leche - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
27	Judías pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Emperador al limón Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA



ABRIL

MENU SIN PLV

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Fruta - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta - Pan	Ensalada de pasta Jamón york (sin PLV) a la plancha Fruta - Pan
6	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur de soja - Pan
9	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
11	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur de soja - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan integral	Sopa de pasta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Coditos con atún y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
18	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Perca al horno Yogur de soja - Pan
19	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con verduras y jamon Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros (sin nata) Merluza al horno Fruta - Pan
23	Espaguetis con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Fruta - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
27	Judías pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Emperador al limón Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA



ABRIL

MENÚ SIN LACTOSA

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur de soja - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada de pasta Jamón york (sin lactosa) a la plancha Fruta - Pan
6	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur sin lactosa - Pan
9	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Yogur de soja - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
11	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur sin lactosa - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche de soja - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan integral	Sopa de pasta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Coditos con atún y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
18	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Perca al horno Yogur sin lactosa - Pan
19	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con verduras y jamon Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros (sin nata) Merluza al horno Fruta - Pan
23	Espaguetis con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche de soja - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Leche de soja - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur de soja - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
27	Judías pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Emperador al limón Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA



ABRIL

MENÚ SIN LEGUMBRE

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras sin guisante Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias (sin guisantes) Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Champiñones rehogados Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
6	Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
9	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
11	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Brocoli salteado Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pasta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Coditos gratinados con atún, tomate y queso Merluza marinera con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
18	Macarrones con tomate Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Perca al horno Yogur - Pan
19	Crema de zanahoria Fritura de pescado con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con chorizo Huevos con tomate, arroz blanco y champiñón Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
23	Espaguetis carbonara Abadejo empanado con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de ave con fideos Morcillo con tomate Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Leche - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
27	Acelgas rehogadas Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Emperador al limón Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA



ABRIL

MENÚ SIN PESCADO

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Menestra de verduras Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
4	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
5	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Pavo a la plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
6	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Pollo al chilindrón Yogur - Pan
9	Arroz con tomate Escalope de pollo con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
10	Judías verdes saltadas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Salchichas al horno con ensalada Fruta - Pan
11	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Ternera al horno con verduras Yogur - Pan
12	Crema de puerros y zanahorias Ternera guisada con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
13	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pasta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
16	Coditos con tomate Pechuga de pollo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
17	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Cinta de lomo en salsa Fruta - Pan
18	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Chuleta de pavo al horno Yogur - Pan
19	Crema de zanahoria Escalope de ternera con lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
20	Patatas con chorizo Huevos con tomate, arroz blanco y champiñón Fruta - Pan	Crema de puerros Nuggets de pollo con rodaja de tomate Fruta - Pan
23	Espaguetis carbonara Filete de pollo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
24	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Pechuga a la plancha con calabacín rebozado Fruta - Pan
25	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Leche - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
26	Paella valenciana con pollo y verduras Cinta de lomo plancha con patatas vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Chuleta de cerdo a la plancha Fruta - Pan
27	Judías pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Escalope de ternera con ensalada Fruta - Pan
30	FIESTA	FIESTA