

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado al horno con infusión de ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, cebolla...) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Huevo



carne



Verdura



Huevo



Huevo



Pescado



Fruta





lácteo





LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de alubias blancas con zanahoria(cebolla, tomate nat trit...) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan sin gluten	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan sin gluten	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan sin gluten	10 Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Plátano y pan sin gluten
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Garbanzos salteados (pimiento, zanahoria, cebolla) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan sin gluten	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan sin gluten	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin gluten	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan sin gluten	17 Macarrones sin gluten con verduras (zanahoria,calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan sin gluten
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan sin gluten	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan sin gluten	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan sin gluten	23 Guiso de alubias blancas con zanahoria(cebolla, tomate nat trit...) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan sin gluten	24 Sopa de cocido con fideos sin gluten(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan sin gluten
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan sin gluten	28 Espaguetis sin gluten con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Bacaladilla a la plancha Lechuga y pepino Pera conferencia y pan sin gluten	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin gluten	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan sin gluten	01 <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin gluten					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS		
Sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Festivo																
		Martes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria(ceb																
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
		Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll																14
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																
			Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(ceboll											9		11			
			Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																14
			Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																	
		Segundo	Garbanzos salteados (pimiento, zanahoria, c																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir						4											
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14	
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c			2													14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat				3												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta			2													14	
		Guarnición	Patatas al vapor													11			14	
	Viernes	Primero	Macarrones sin gluten con verduras (zanaho											9						
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil						4											
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																	
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes(cebol						4											
		Guarnición	-																	
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo							4										
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria(ceb																	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata																5	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Viernes	Primero	Sopa de cocido con fideos sin gluten(ceboll											9		11				
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																14	
		Guarnición	-																	
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																	
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Martes	Primero	Espaguetis sin gluten con salsa de tomate fr											9		11				
		Segundo	Bacaladilla a la plancha							4										
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14	
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Guisantes salteados con patatas Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Espinacas salteadas Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div data-bbox="1774 1324 2161 1524" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin alubias					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
Sin alubias	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Festivo																
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
		Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9						14
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11				14
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14
			Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo										9					14		
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3						9						14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												14	
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14	
	Miércoles	Primero	Guisantes salteados con patatas																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Espinacas salteadas																14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2										11				14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahor	1									9		11				14	
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												14	
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																	
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to															14		
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4											14		
		Guarnición	-																	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													14	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																14	
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11				14	
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14	
		Guarnición	-																	
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado															14		
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve															14		
		Guarnición	Patatas al vapor															14		
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3							9		11				14	
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14	
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Lentejas con arroz sin tomate(zanahoria, arroz,cebolla) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Naranja y pan integral	08 Arroz con verduras sin tomate (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con verduras sin tomate(patata, pimiento, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro al horno Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes salteadas al ajillo Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral salteado Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo sin tomate(cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Lentejas con arroz sin tomate(zanahoria, arroz,cebolla) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Maíz salteado Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales aligo-olio Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con verduras sin tomate (arroz, calabacín, cebolla, zanahoria) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>



Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin tomate natural (todas las e					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS	
Sin tomate natural	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo		0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Lunes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																
	Martes	Primero	Lentejas con arroz sin tomate(zanahoria, ar	1															
		Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Miércoles	Primero	Arroz con verduras sin tomate (arroz, calaba																14
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9						14
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9			11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14
		Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo															14	
		Segundo	Guiso de lentejas con verduras sin tomate(p	1														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14
		Segundo	Gallo san pedro al horno					4											14
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2														14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Jueves	Primero	Judías verdes salteadas al ajillo																14
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11			14
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1									9			11			14
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil					4											14
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral salteado																
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol					4											
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo sin tomate(cebol																14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo					4											14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Lentejas con arroz sin tomate(zanahoria, ar	1															14
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata																14
		Guarnición	Maíz salteado																14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9			11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Espaguetis integrales algo-olio	1									9			11			14
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1				4											14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14
		Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3						8	9	10	11	12			14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Jueves	Primero	Arroz con verduras sin tomate (arroz, calaba																14
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Plátano y pan
13 Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Revuelto de huevo salteado Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cerdo					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos															
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZES	SULFITOS		
Sin cerdo	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																	
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1														14	
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14	
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja									9							14	
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll									9							14	
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14	
	Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2														14	
	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pue	1											11	12			14	
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																14	
	Guarnición	-																		
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana																	
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3					9								14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pír				4													
	Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																	14	
	Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																		
	Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2													11	14		
Guarnición	Patatas al vapor																	14		
Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahor	1								9					11				
	Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4														
Guarnición	Zanahoria dado salteada																			
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4													
	Guarnición	-																		
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,ci																14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4													
	Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, l	1																	
	Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata				3														
Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																			
Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pue	1													11	12		14	
	Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																	14	
Guarnición	-																			
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3														
	Guarnición	Patatas al vapor																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3						9					11			
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4													
	Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																	14
		Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3					8	9	10	11	12					14
	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																		
	Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																		
Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																		14	
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
Guarnición	-																			

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Abadejo al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Merluza al horno con infusión de ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones sin huevo con verduras (zanahoria,calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Pavo asado con tomate y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis sin huevo con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Abadejo al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur natural y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida(no plátano) y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Fruta fresca permitida(no plátano) y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Merluza al horno con infusión de ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones sin huevo con verduras (zanahoria,calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur natural y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Pavo asado con tomate y cebolla Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida(no plátano) y pan integral	24 Sopa de cocido con fideos sin huevo(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis sin huevo con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca permitida(no plátano) y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA






LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin marisco,molusco,gambas,					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS	
Sin marisco,molus	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo		0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Lunes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
		Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll											9					14
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
		Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14
		Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3							9					14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir					4											14
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2														14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																14
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11			14
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1										9		11			14
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil					4											
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol					4											
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo					4											14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata				3												
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3								9		11			
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1				4											
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14
		Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3							8	9	10	11	12		14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Pechuga de pavo al horno/plancha Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate nat,zanahoria) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Tortilla francesa horno Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Tortilla francesa horno Guisantes salteados Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Cinta de lomo fresca a la plancha Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Revuelto de huevo salteado Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin pescado					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.																
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZZES	SULFITOS			
Sin pescado	Semana 1	Lunes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
		Martes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
		Miércoles	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Jueves	Primero		0																	
		Segundo		0																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Viernes	Primero		0																	
		Segundo		0																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Semana 2	Lunes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Festivo																	
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1																14
			Segundo	Tortilla francesa horno			3														
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14
Miércoles		Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																		
		Segundo	Pechuga de pavo al horno/plancha																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja									9								14	
Jueves		Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll																	14	
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																		
		Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2														14	
Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11				14		
	Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9						14		
	Guarnición	-																			
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																		
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tor	1	2	3						9							14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																	14	
		Segundo	Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, toma																		
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																	14	
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2															14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																		
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta			2											11			14	
		Guarnición	Patatas al vapor																	14	
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1										9		11				14	
		Segundo	Tortilla francesa horno			3															
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																		
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																		
		Segundo	Tortilla francesa horno			3															
		Guarnición	Guisantes salteados																		
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																	14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																	14	
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																		
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1																	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3															
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																		
Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11				14		
	Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9						14		
	Guarnición	-																			
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																		
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																		
		Guarnición	Patatas al vapor																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3								9		11				14	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3															
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																	14	
		Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3							8	9	10	11	12			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																		
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																	14	
	Viernes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	-																		

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Acelgas con patatas salteadas Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan sin soja	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin soja	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Plátano y pan sin soja
13 Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zanahoria, tomate nat.trit) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan sin soja	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan sin soja	15 Brócoli salteado con zanahoria Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin soja	16 Espinacas salteadas Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan sin soja	17 Macarrones sin soja con verduras (zanahoria,calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan sin soja
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y maíz dulce Pera conferencia y pan sin soja	21 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan sin soja	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan sin soja	23 Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, calabacín) Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan sin soja	24 Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Ternera hervida con patata y zanahoria - Naranja y pan sin soja
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan sin soja	28 Espaguetis sin soja con salsa de tomate frito (tomate frito, cebolla, zanahoria) Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan sin soja	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan sin soja	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan sin soja	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin legumbres					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.																
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBDENO	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZES	SULFITOS			
Sin legumbres	Semana 1	Lunes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
		Martes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
		Miércoles	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Jueves	Primero		0																	
		Segundo		0																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Viernes	Primero		0																	
		Segundo		0																	
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Semana 2	Lunes	Primero		0																
			Segundo		0																
			Guarnición	Festivo																	
		Martes	Primero	Acelgas con patatas salteadas																	14
			Segundo	Tortilla francesa horno			3														
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14
Miércoles		Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	14	
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
Jueves		Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll																	14	
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																	14	
		Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2														14	
Viernes		Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, poll	1										11	12					14	
		Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																	14	
		Guarnición	-																	14	
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz con verduras (calabacín, cebolla, zana																		
		Segundo	Tortilla francesa horno			3															
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																	14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4													14	
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																	14	
	Miércoles	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																	14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Jueves	Primero	Espinacas salteadas																	14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2												11			14	
		Guarnición	Patatas al vapor																	14	
	Viernes	Primero	Macarrones sin soja con verduras (zanahoria	1																14	
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4													14	
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																	14	
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																		
		Segundo	Filete de merluza al horno/plancha				4														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																	14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																	14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,ci																	14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4													14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Jueves	Primero	Pisto de verduras(tomate, pim.verde y rojo, c																	14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3														14	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	14	
	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos sin soja(cebolla, poll	1											11	12				14	
		Segundo	Ternera hervida con patata y zanahoria																	14	
		Guarnición	-																	14	
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																		
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																		
		Guarnición	Patatas al vapor																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis sin soja con salsa de tomate fritc	1													11			14	
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4													14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																	14	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	14	
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																	14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																	14	
	Viernes	Primero	-																	14	
		Segundo	-																	14	
		Guarnición	-																	14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur de soja y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Pera conferencia y pan integral	10 Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur de soja y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , puerro, zanahoria...) Garbanzos estofados con patata y pollo - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV (no ternera)					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS	
Sin PLV (no ternera)	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo		0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Lunes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
		Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja									9							14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9						14
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pue	1											11	12			14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																14
		Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																
		Segundo	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14
	Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,acei																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanaho	1									9			11			
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4												
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,ci																14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata				3												
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Viernes	Primero	Sopa de ave con fideos (cebolla, pollo , pue	1											11	12			14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata y pollo																14
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (tom	1									9			11			
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1				4											
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur de soja y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur de soja y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis con salsa de tomate casera (tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur de soja y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV (sí ternera)					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos															
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS		
Sin PLV (sí ternera, Semana 1	Lunes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Martes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Miércoles	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
Semana 2	Lunes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Festivo																	
	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1																14
		Segundo	Tortilla francesa horno			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	14
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja									9								14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9							14
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11					14
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																	14
		Guarnición	-																	
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																	
		Segundo	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1																
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																	14
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4													
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																	14
	Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																	14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3														14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,acei																	
		Guarnición	Patatas al vapor																	14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanaho	1									9		11					
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4													
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																	
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4													
		Guarnición	-																	
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																	14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																	14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4													
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1																
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata				3													
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11					
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																	14
		Guarnición	-																	
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																	
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																	
		Guarnición	Patatas al vapor																	14
	Martes	Primero	Espaguetis con salsa de tomate casera (tom	1									9		11					
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1				4												
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																	14
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																	14
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur natural y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida(no plátano) y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Fruta fresca permitida(no plátano) y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur natural y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida(no plátano) y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca permitida(no plátano) y pan	01 <div data-bbox="1774 1324 2161 1524" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin plátano					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS		
Sin plátano	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Festivo																
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9						14	
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14	
		Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14	
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9			11			14	
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14	
		Guarnición	-																	
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo															14		
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3						9						14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												14	
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14	
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2														14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																14		
	Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11			14		
	Guarnición	Patatas al vapor																14		
Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahor	1									9			11			14		
	Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												14		
	Guarnición	Zanahoria dado salteada																		
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to															14		
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4													
		Guarnición	-																	
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															14		
	Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													14		
	Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																14		
Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9			11			14		
	Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14		
	Guarnición	-																		
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado															14		
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve															14		
		Guarnición	Patatas al vapor															14		
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3						9			11				14	
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14	
		Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3						8	9	10	11	12			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14		
	Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																14		
	Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14		
Viernes	Primero	-																		
	Segundo	-																		
	Guarnición	-																		

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur natural/fruta fresca de temporada pelada y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural/fruta fresca de temporada pelada y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur natural/fruta fresca de temporada pelada y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural/fruta fresca de temporada pelada y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca permitida(no melón, melocotón y afines, ciruela, vegetales)	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur natural y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca permitida(no plátano, melón, sandía, melocotón) y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Fruta fresca permitida(no plátano, melón, sandía, melocotón) y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur natural y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Fruta fresca permitida(no plátano, melón, sandía, melocotón) y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Alubias salteadas con picada de soja ahumada(patata,soja,cebolla) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca permitida(no plátano, melón, sandía, melocotón) y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin plátano, melón, aguacate,					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUCCES	SULFITOS		
Sin plátano, melón	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Martes	Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Jueves	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Viernes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Festivo																
	Martes	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1														14	
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Miércoles	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na															14	
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4											14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
	Jueves	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll										9					14	
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
			Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14
	Viernes	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11			14	
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14
			Guarnición	-																
Semana 3	Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																
			Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3						9						14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Martes	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata															14	
			Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												
			Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14
	Miércoles	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2													14	
			Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																
			Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11		14	
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1									9		11			14	
			Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												
			Guarnición	Zanahoria dado salteada																
Semana 4	Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																
			Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4												
			Guarnición	-																
	Martes	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.															14	
			Segundo	Pollo asado en su jugo																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Miércoles	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c															14	
			Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												
			Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
			Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													
			Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Viernes	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11				
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9						14
			Guarnición	-																
Semana 5	Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3							9		11				
			Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4												
			Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla															14	
			Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahuma	1	2	3					8	9	10	11	12				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
			Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Viernes	Viernes	Primero	-																
			Segundo	-																
			Guarnición	-																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cacahuete					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.																	
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																	
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS				
Sin cacahuete	Semana 1	Lunes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
		Martes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
		Miércoles	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Jueves	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Viernes	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Semana 2	Lunes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Festivo																		
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1																14	
			Segundo	Tortilla francesa horno			3															
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14	
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	14	
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4													14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9							14	
		Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll											9						14	
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																	14	
			Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2														14	
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11					14	
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9							14	
			Guarnición	-																		
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																			
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3						9								14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																	14		
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																	14		
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4													14		
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																	14		
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2															14		
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3														14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14		
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																	14		
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2													11		14		
		Guarnición	Patatas al vapor																	14		
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahor	1									9		11					14		
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4													14		
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																			
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																			
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4															
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																	14		
		Segundo	Pollo asado en su jugo																	14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14		
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																	14		
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4													14		
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14		
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, l	1																14		
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3														14		
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																	14		
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11					14		
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2								9							14		
		Guarnición	-																			
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																			
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																			
		Guarnición	Patatas al vapor																	14		
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3							9		11					14		
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4													14		
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14		
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																	14		
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																	14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14		
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																	14		
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																	14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																	14		
	Viernes	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.






LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur natural y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Plátano y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur natural y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur natural y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Plátano y pan	01 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA </div>

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos, frutos tropicales					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBDENO	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZES	SULFITOS	
Sin frutos secos, fr	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo		0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Lunes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
		Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
		Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll											9					14
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
		Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			14
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14
		Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3							9						
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2														14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11			14
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahor	1										9		11			
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4												
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3								9		11			
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4												
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa	31 Vacaciones de semana santa	01 Vacaciones de semana santa	02 Vacaciones de semana santa	03 Vacaciones de semana santa
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Naranja y pan integral	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha Lechuga, tomate, queso fresco y orégano Pera conferencia y pan integral	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Fruta fresca de temporada y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Milhojas de boloñesa de lentejas casera(tomate nat,hojaldre pasta, Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Mandarina y pan integral	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) Lechuga, aceitunas y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	15 Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, cebolla...) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	16 Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza(nata, ajo, mostaza...) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil Zanahoria dado salteada Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo Lechuga y pepino Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,pollo ,ternera,chorizo) - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan integral	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo) Lechuga y pepino Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Ensalada de lechuga y tomate fresco Yogur y manzana y pan integral	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca de temporada y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUZZES	SULFITOS		
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Martes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
		Miércoles	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Viernes	Primero		0																
		Segundo		0																
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																	
	Semana 2	Lunes	Primero		0															
			Segundo		0															
			Guarnición	Festivo																
		Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
			Segundo	Tortilla francesa horno			3													
			Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14
		Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga,maíz y brotes de soja										9						14
		Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll											9					14
			Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																14
			Guarnición	Lechuga, tomate, queso fresco y orégano			2													14
		Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			14
			Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14
			Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo															14		
		Segundo	Milhojas de boloñesa de lentejas casera(torr	1	2	3							9					14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz																14	
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																14	
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												14	
		Guarnición	Lechuga, aceitunas y remolacha																14	
	Miércoles	Primero	Judiones de la granja(patata,chorizo sarta, c		2														14	
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate)																14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mosta		2											11			14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1										9		11			14	
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												14	
		Guarnición	Zanahoria dado salteada																	
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to															14		
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4													
		Guarnición	-																	
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14	
		Segundo	Pollo asado en su jugo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,c																14	
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															14	
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													14	
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																14	
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1										9		11			14	
		Segundo	Cocido de garbanzos (zanahoria,codillo,poll		2									9					14	
		Guarnición	-																	
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado															14		
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve															14		
		Guarnición	Patatas al vapor															14		
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3							9		11				14	
		Segundo	Bacaladilla a la andaluza frita(harina trigo)	1			4												14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14	
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																14	
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y aceitunas																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	-																	

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 
06	07	08	09	10
Festivo	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
13	14	15	16	17
Puré de lentejas con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de pescado azul con verduras y patata - - Triturado de frutas y
20	21	22	23	24
Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de pescado azul con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y
27	28	29	30	01
Puré de lentejas con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Triturado completo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																	
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZZES	SULFITOS				
Triturado completo	Semana 1	Lunes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Martes	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Miércoles	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Jueves	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Viernes	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
Semana 2	Lunes	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Festivo																			
	Martes	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de merluza con verduras y patata					4													14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 3	Lunes	Primero	Puré de lentejas con zanahoria, calabacín																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me					4														14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Puré de pescado azul con verduras y patata					4														14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 4	Lunes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me					4													14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de pescado azul con verduras y patata					4														14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 5	Lunes	Primero	Puré de lentejas con zanahoria, calabacín																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me					4														14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de garbanzos con zanahoria, calabacín																			14
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 	Vacaciones de semana santa 
06	07	08	09	10
Festivo	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de merluza con verduras y patata - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cerdo - - Triturado de frutas y
13	14	15	16	17
Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y
20	21	22	23	24
Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cerdo - - Triturado de frutas y
27	28	29	30	01
Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y merluza - - Triturado de frutas y	Puré de verduras, patata y ternera - - Triturado de frutas y	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cerdo - - Triturado de frutas y	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Triturado 6 meses

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	Alérgenos																	
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SULFITOS				
Triturado 6 meses	Semana 1	Lunes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
		Martes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
		Miércoles	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Vacaciones de semana santa																		
	Jueves	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Viernes	Primero		0																		
		Segundo		0																		
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																			
	Semana 2	Lunes	Primero		0																	
			Segundo		0																	
			Guarnición	Festivo																		
		Martes	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																		14
			Segundo	-																		
			Guarnición	-																		
Miércoles		Primero	Puré de merluza con verduras y patata				4														14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Jueves		Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Viernes		Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cer																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 3	Lunes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín																	14		
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4														14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4														14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 4	Lunes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4													14		
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de pollo con judía, zanahoria, calabacín																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4														14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cer																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
Semana 5	Lunes	Primero	Puré de cerdo con judía, zanahoria, calabacín																	14		
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Martes	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y me				4														14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Miércoles	Primero	Puré de verduras, patata y ternera																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Jueves	Primero	Puré de arroz con zanahoria, calabacín y cer																		14	
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			
	Viernes	Primero	-																			
		Segundo	-																			
		Guarnición	-																			

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Vacaciones de semana santa 	31 Vacaciones de semana santa 	01 Vacaciones de semana santa 	02 Vacaciones de semana santa 	03 Vacaciones de semana santa 
06 Festivo	07 Guiso de lentejas con verduras(tomate natural triturado, zanahoria) Tortilla francesa horno - Naranja y pan	08 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) - Yogur y manzana y pan	09 Crema de puerro y zanahoria(patata, cebolla, aceite) Contramuslo de pollo horneado o plancha - Pera conferencia y pan	10 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Plátano y pan
13 Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo magro,guisante, cebolla) Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, - Mandarina y pan	14 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pimiento, cebolla) - Plátano y pan	15 Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patata,cebolla, aceite) - Yogur y manzana y pan	16 Crema de judías verdes(patata, calabacín, judías verdes, zanahoria) Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,aceite) Patatas al vapor Naranja y pan	17 Macarrones integrales con verduras(zanahoria, calabacín, berenjena) Dorado horneado con ajo y perejil - Pera conferencia y pan
20 Arroz integral con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Merluza en salsa verde con guisantes (cebolla, guisantes,ajo,perejil) - Pera conferencia y pan	21 Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.ver.,puerro,calabaza,patata) Pollo asado en su jugo - Mandarina y pan integral	22 Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,cebolla,zanahoria...) Salmón al horno con eneldo - Yogur y manzana y pan	23 Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, tomate nat trit, Tortilla de patata casera(huevo líquido, patata, cebolla) Tomate fresco aliñado con orégano Plátano y pan integral	24 Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Garbanzos estofados con patata, col, pollo y ternera - Naranja y pan
27 Brócoli salteado Magro de cerdo en salsa de manzana(pim verde,cebolla,manzana) Patatas al vapor Naranja y pan	28 Espaguetis integrales gratinados con queso(tomate natural triturado, cebolla, Bacaladilla a la plancha - Pera conferencia y pan	29 Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla, aceite) Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) - Yogur y manzana y pan	30 Arroz con salsa de tomate casera(tomate nat trit,zanahoria, cebolla...) Contramuslo de pollo al ajillo - Plátano y pan	01 <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad,garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal guardaría					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLIBIDOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS	
Basal guardaría	Semana 1	Lunes	Primero		0														
			Segundo		0														
			Guarnición	Vacaciones de semana santa															
	Martes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Miércoles	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Jueves	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
	Viernes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Vacaciones de semana santa																
Semana 2	Lunes	Primero		0															
		Segundo		0															
		Guarnición	Festivo																
	Martes	Primero	Guiso de lentejas con verduras(tomate natu	1															14
		Segundo	Tortilla francesa horno			3													
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
		Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)				4												14
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Crema de puerro y zanahoria(patata, ceboll																
		Segundo	Contramuslo de pollo horneado o plancha																
		Guarnición	-																
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11				
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																14
		Guarnición	-																
Semana 3	Lunes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo(cerdo																
		Segundo	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,pata																
		Segundo	Gallo san pedro en salsa(tomate nat trit, pir				4												14
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14
		Segundo	Revuelto de huevo y patatas(huevo líq, patat			3													14
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Crema de judías verdes(patata, calabacín, ju																14
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno(ajo,perejil,acei																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Viernes	Primero	Macarrones integrales con verduras(zanahoi	1									9		11				
		Segundo	Dorado horneado con ajo y perejil				4												
		Guarnición	-																
Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera(to																
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes (cebol				4												
		Guarnición	-																
	Martes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelgas,jud.																14
		Segundo	Pollo asado en su jugo																
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con pollo(tomate nat trit,ci																14
		Segundo	Salmón al horno con eneldo				4												
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria(zanahoria, 1	1															
		Segundo	Tortilla de patata casera(huevo líquido, pata			3													
		Guarnición	Tomate fresco aliñado con orégano																
	Viernes	Primero	Sopa casera de cocido con fideos(cebolla, c	1									9		11				
		Segundo	Garbanzos estofados con patata, col, pollo y																14
		Guarnición	-																
Semana 5	Lunes	Primero	Brócoli salteado																
		Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana(pim ve																
		Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Espaguetis integrales gratinados con queso(1	2	3							9		11				
		Segundo	Bacaladilla a la plancha				4												
		Guarnición	-																
	Miércoles	Primero	Crema de calabaza y puerro(patata, cebolla																14
		Segundo	Guiso de alubias blancas con verduras (pim																14
		Guarnición	-																
	Jueves	Primero	Arroz con salsa de tomate casera(tomate na																
		Segundo	Contramuslo de pollo al ajillo																
		Guarnición	-																
	Viernes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	-																

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30.	31	1	2	3
Vacaciones de semana santa	Vacaciones de semana santa	Vacaciones de semana santa	Vacaciones de semana santa	Vacaciones de semana santa
6	7	8	9	10
Festivo	Guiso de lentejas con verduras (tomate, judía, calabacín) (1, 11, 16) Judías verdes salteadas con zanahoria (11) Tortilla francesa horno (4) Lechuga, zanahoria y maíz (16) Fruta fresca de temporada	Arroz integral con salsa de tomate Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón) (5, 16) Lechuga, maíz y brotes de soja (10, 16) Yogur (2) y fruta fresca de temporada	Crema de puerro y calabaza (16) Alcachofas salteadas Contramuslo de pollo horno/plancha Ensalada de lechuga, tomate, queso fresco y orégano (2, 16) Fruta fresca de temporada	Sopa casera de cocido con fideos (1, 10, 13, 17) Repollo rehogado (ajo, pimentón) (16) Cocido de garbanzos (1, 2, 4, 10, 11, 16, 17) Fruta fresca de temporada
13	14	15	16	17
Arroz a la cazuela con magro de cerdo (11, 17) Menestra de verduras salteadas (11) Milhojas de boloñesa de lentejas (1, 2, 4, 10, 11, 16) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (16) Fruta fresca de temporada	Crema de calabacín (16) Asadillo de pimientos rojos Gallo san Pedro en salsa (5) Lechuga, aceitunas y remolacha (16) Fruta fresca de temporada	Judiones de la granja (2, 16) Pisto de verduras salteado Revuelto de patatas salteado (4, 16) Lechuga y tomate (16) Yogur (2) y fruta fresca de temporada	Judías verdes a la portuguesa (salsa tomate) (11) Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, maíz, zanahoria, cebolla) (5, 16) Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza (2, 13, 16) Patatas cocidas (16) Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con verduras (zanahoria, calabacín, berenjena) (1, 10, 13) Dorado al horno con ajo y perejil (5) Zanahoria salteada Fruta fresca de temporada
20	21	22	23	24
Arroz integral con salsa de tomate Acelgas salteadas con patatas (16) Merluza en salsa verde (guisante) (5, 11) Fruta fresca de temporada	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) (11, 16) Panaché de verduras al vapor (coliflor, zanahoria, guisante) (11) Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (16) Fruta fresca de temporada	Patatas guisadas con pollo (16) Verdura tricolor al aceite de ajo al vapor (judía, zanahoria, patata) Salmón al horno con eneldo (5) Lechuga y pepino (16) Yogur (2) y fruta fresca de temporada	Guiso de lentejas con zanahoria (1, 11) Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, maíz, zanahoria, cebolla) (5, 16) Tortilla de patata casera (4) Tomate fresco aliñado con orégano (16) Fruta fresca de temporada	Sopa casera de cocido con estrellas (1, 10, 13, 17) Repollo rehogado (ajo, pimentón) (16) Cocido de garbanzos (1, 2, 4, 10, 11, 16, 17) Fruta fresca de temporada
27	28	29	30	
Brócoli salteado Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, maíz, zanahoria, cebolla) (5, 16) Magro de cerdo en salsa de manzana (17) Patatas al vapor (16) Fruta fresca de temporada	Espirales gratinados con queso (1, 2, 4, 10, 13) Hervido valenciano (bulit) (judía, patata, cebolla) (11, 16) Bacaladilla a la andaluza frita (1, 5) Lechuga y pepino (16) Fruta fresca de temporada	Crema de boniato, calabaza y puerro (16) Judías verdes salteadas (11) Alubias pintas salteadas con picada de soja ahumada (1, 2, 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16) Lechuga y brotes de soja (10, 16) Yogur (2) y fruta fresca de temporada	Arroz con salsa de tomate casera Panaché de verduras (coliflor, zanahoria, guisante) (11) Contramuslo de pollo al ajillo Lechuga, zanahoria y aceitunas (16) Fruta fresca de temporada	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, naranja y mandarina. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.

