

Lunes 2-mar	Martes 3-mar	Miércoles 4-mar	Jueves 5-mar	Viernes 6-mar
<p>FIESTA</p>	<p>Lentejas con arroz 15 Tortilla francesa de jamón york 3-15 Guarnición de lechuga y tomate 12 Pan 1 Fruta</p> <p>Lentils with rice French ham omelette with lettuce and tomato salad Bread and fruit</p>	<p>Crema de puerros Cazón en salsa de tomate 4 Guarnición de pisto Pan 1 Yogur 7</p> <p>Leek cream Dogfish in tomato sauce with ratatouille Bread and yogurt</p>	<p>Guisantes con jamón serrano 15 Pollo asado 12 Guarnición de patatas fritas Pan 1 Fruta</p> <p>Peas with ham Baked chicken with chips Bread and fruit</p>	<p>Arroz con verduras y salsa de tomate Bacalao en salsa verde 4 Guarnición de lechuga y zanahoria 12 Pan 1 Fruta</p> <p>Rice with vegetables and tomato sauce Cod in green sauce with lettuce and carrot salad Bread and fruit</p>
Lunes 9-mar	Martes 10-mar	Miércoles 11-mar	Jueves 12-mar	Viernes 13-mar
<p>Macarrones con chorizo 1-3T-7 Limanda en salsa de calabacín 4 Guarnición de lechuga y maíz 12 Pan 1 Fruta</p> <p>Macaroni with "chorizo" Limanda in zucchini sauce with lettuce and corn salad Bread and fruit</p>	<p>Sopa de cocido 1-3T Cocido completo LC 15 Pan 1 Fruta</p> <p>Soup Cocked cheakpeas, meat and vegetables Bread and fruit</p>	<p>JORNADAS GASTRONOMICAS ISLAS BALEARES Crema de patata y zanahoria Merluza empanada 1-3-4-7T Guarnición de trampó Pan 1 Natilla 7</p> <p>Potato and carrot cream Breaded Hake with "trampó" Bread and custard</p>	<p>Paella mixta 2-4-12-14 Cinta de lomo a la plancha Guarnición de tempura de verduras 1 Pan integral 1 Fruta</p> <p>Mixed paella Loin ribbon with vegetable tempura Brown bread and fruit</p>	<p>Judías pintas con verduras 15 Tortilla de patata 3 Guarnición de pimientos Pan 1 Fruta</p> <p>Pint beans with vegetables Potato omelette with pepper Bread and fruit</p>
Lunes 16-mar	Martes 17-mar	Miércoles 18-mar	Jueves 19-mar	Viernes 20-mar
<p>Lentejas a la riojana 15 Huevos a la cazadora 3 Guarnición de rodajas de calabacín Pan 1 Fruta</p> <p>Lentils with "chorizo" Eggs cooked with ham and mushrooms with zucchini slices Bread and fruit</p>	<p>Arroz con pollo Merluza en salsa de zanahoria 4 Guarnición de lechuga y tomate 12 Pan 1 Fruta</p> <p>Chicken rice Hake in carrot sauce with lettuce and tomato salad Bread and fruit</p>	<p>Crema de verduras Filete de pollo empanado 1-3 Guarnición de zanahoria y pimientos Pan 1 Yogur 7</p> <p>Vegetable cream Breaded chicken fillet with carrot and peppers Bread and yogurt</p>	<p>Espaguetis a la boloñesa 1-3T-6 Bacalao en salsa de calabacín 4 Guarnición de brócoli Pan 1 Fruta</p> <p>Spaghetti bolognese Cod in zucchini sauce with broccoli Brown bread and fruit</p>	<p>Judías verdes con patata 15 Albóndigas a la jardinera 6-15 Guarnición de arroz integral Pan 1 Fruta</p> <p>Green beans with potato Garden meatballs with brown rice Bread and fruit</p>
Lunes 23-mar	Martes 24-mar	Miércoles 25-mar	Jueves 26-mar	Viernes 27-mar
<p>Crema de calabacín Ragout de ternera a la jardinera 15 Guarnición de patatas fritas Pan 1 Fruta</p> <p>Zucchini cream Veal ragout to the garden with chips Bread and fruit</p>	<p>Patatas con carne 12T Merluza en salsa verde 4 Guarnición de zanahorias baby Pan integral 1 Fruta</p> <p>Potatoes with meat Hake in green sauce with carrot Brown bread and fruit</p>	<p>Sopa de cocido 1-3T Cocido completo LC 15 Pan 1 Yogur 7</p> <p>Soup Cocked cheakpeas, meat and vegetables Bread and fruit</p>	<p>Espirales a la carbonara 1-3T-7 Rape en salsa con champiñones 4 Pan 1 Fruta</p> <p>Pasta bolognese Mokfish in sauce with mushrooms Bread and fruit</p>	<p>Judías blancas con verduras 15 Tortilla francesa de atún 3-4-15 Guarnición de lechuga 12 Pan 1 Fruta</p> <p>White beans with vegetables French tuna omelette with lettuce salad Bread and fruit</p>
Lunes 30-mar	Martes 31-mar			
<p>Tallarines con verduras 1-3T Bacalao en salsa de tomate 4 Guarnición de rodajas de calabacín Pan 1 Fruta</p> <p>Pasta with vegetables Cod in tomato sauce with zucchini slices Bread and fruit</p>	<p>Garbanzos con espinacas 15 Hamburguesa con queso LC 1-3-5T-7-8T-11-12 Guarnición de brócoli Pan 1 Fruta</p> <p>Cheakpeas with spinach Cheeseburger with broccoli Bread and fruit</p>			<p>Silvia Catalinas Dietista-Nutricionista Nº FEDN: 2930</p>

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5-Cacahuete 6-Soja 7-Leche (incluido lactosa) 8-Frutos de cascara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Anhidrido sulfuroso y Sulfitos 13-Altramuces
14-Moluscos 15-Legumbres 16-Leche (NO incluida la lactosa)

**Valoración nutricional (media mensual) : 803,28,24 kcal, 91,50 gr. de hidratos de carbono, 40,59 g de proteínas y 28,56 gr. de grasa