



MENÚ MARZO 2026 BASAL



2	575 Kcal. P.: 36 HC.:44 L.: 10	3	685 Kcal. P.: 38 HC.: 49 L.: 16	4	540 Kcal. P.: 19 HC.: 54 L.: 8	5	460 Kcal. P.: 23 HC.: 36 L.: 10	6	525 Kcal. P.: 34 HC.: 41 L.: 10
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ		ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA	
GUISO DE PAVO,PATATA Y VERDURAS 12		ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO 1,3,7		ARROZ DE POLLO Y VERDURA		LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12		SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS 1,3	
BACALAILLA CON TOMATE 4		ALITAS DE POLLO EN RUSTIDERA CON SALSA BBQ		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3		PALOMETA CON VERDURITAS EN SALSA MERY 4		POLLO AL HORNO SOBRE LECHO DE PATATA PANADERA 12	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		LÁCTEO 7	
9	437 Kcal. P.: 22 HC.: 40 L.: 10	10	565 Kcal. P.: 26 HC.: 45 L.: 19	11	689 Kcal. P.: 20 HC.: 64 L.: 21	12	575 Kcal. P.: 35 HC.: 40 L.: 14	13	555 Kcal. P.: 30 HC.: 32 L.: 20
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ	
CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICAS		FIDEUA DE VERDURITA 1,3		ARROZ BLANCO CON TOMATE CASERO		GUISADO DE TERNERA,PATATA Y VERDURA 12		ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12	
FILETE DE MERLUZA CON SALSA DE TOMATE Y GUISANTES 4		PECHUGA DE POLLO AL AJILLO		SALCHICHA FRESCA AL HORNO CON PATATA PANADERA 12		BACALADILLA EN SALSA VERDE 4		TORTILLA DE ESPINACAS 3	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		LÁCTEO 7	
16	437 Kcal. P.: 22 HC.: 40 L.: 10	17	582 Kcal. P.: 14 HC.: 70 L.: 16	18	490 Kcal. P.: 28 HC.: 37 L.: 15	19		20	
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA		FESTIVO		FESTIVO	
HERVIDO VALENCIANO DE VERDURAS ECOLÓGICAS		ARROZ DEL SEÑORET 2,4,13		LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON CHORIZO					
FILETE DE MERLUZA CON SALSA VIZCAINA 4		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3		PERCA A LA RIOJANA 4					
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA					
23	570 Kcal. P.: 38 HC.: 42 L.: 11	24	545 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 19	25	632 Kcal. P.: 28 HC.: 55 L.: 19	26	582 Kcal. P.: 14 HC.: 70 L.: 16	27	488 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 15
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6		ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	
GUISADO DE POLLO,PATATA,VERDURA 12		POTAJE DE GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12		ESPAGUETIS CON SALSA CASERA DE ATÚN 1,3,4		ARROZ AL HORNO		CREMA POTIRON 12	
FILETE DE MERLUZA EN SALSA ANDALUZA 4		TORTILLA DE PATATA 3		HAMBURGUESA MIXTA		BACALAILLA EN BRANDADA 3		POLLO AL HORNO SOBRE CAMA DE PATATA 12	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		LÁCTEO 7	
30	570 Kcal. P.: 38 HC.: 42 L.: 11	31	712 Kcal. P.: 29 HC.: 65 L.: 17						
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		MENÚ ESTADOS UNIDOS							
		ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y COL							
COCIDO 12		MAC AND CHEESE (MACARRRONES CON QUESO 1,3,7							
FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS 4		HOT DOG (PERRITO CALIENTE)							
FRUTA DE TEMPORADA		APPEL PIE TARTA DE MANZANA 1,3,7							

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN INTEGRAL (LUNES Y VIERNES) Y PAN BLANCO (MARTES,MIÉRCOLES,JUEVES) y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)