

Menú Early Years C/Paseo de la Habana - MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY		MARTES / TUESDAY		MIÉRCOLES / WEDNESDAY		JUEVES / THURSDAY		VIERNES / FRIDAY																															
3		4		5		6		7 - ITALIAN FRIDAY																															
Crema de guisantes (12)		Sopa de cocido (1,3,6,10)		Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde)		Lentejas ecológicas guisadas con vegetales		Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10)																															
Creamy of peas soup		"Cocido" Soup		Veggie "paella"		Organic lentil & veggie soup		Minestrone soup and pasta																															
Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12)		Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)		Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10)		Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3)		Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10)																															
Fresh pork loin in sauce with mashed potato		Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew		Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)		Plain omelette & ratatouille		Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos/ Dairy desserts																															
kcal	506	Lip	29,1	Prot	28,4	HdC	33	kcal	461	Lip	16,4	Prot	19,3	HdC	59	kcal	468	Lip	12,0	Prot	24,1	HdC	66	kcal	438	Lip	12,2	Prot	16,1	HdC	66	kcal	484	Lip	22,4	Prot	23,9	HdC	47
10		11		12		13		14 - FRENCH FRIDAY																															
Puré de calabacín (12)		Judías blancas con vegetales y chorizo		Brócoli con cebollita y arroz		Lentejas ecológicas a la jardinera		Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12)																															
Soup of zucchini		Beans & vegetables, chorizo		Sautéed broccoli & onion		Organic lentil & veggie soup		"Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)																															
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10)		Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maíz, zanahoria)		Merluza con tomate y patatita vapor (4,12)		Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby																															
Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)		Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano		Roast chicken & salad		Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato		Stewed vealwith mushrooms and baby carrots																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos/ Dairy desserts																															
kcal	497	Lip	25,6	Prot	25,8	HdC	41	kcal	259	Lip	9,9	Prot	6,9	HdC	36	kcal	401	Lip	18,9	Prot	12,5	HdC	45	kcal	442	Lip	18,7	Prot	23,4	HdC	45	kcal	450	Lip	26,7	Prot	19,9	HdC	33
17		18		19		20		21 - U.S.A FRIDAY																															
Patatas a la riojana (12)		Judías verdes salteadas con jamón		Sopa de cocido (1,3,6,10)		Arroz blanco con salsa de tomate casera		Mac and Cheese (1,3,6,7,10)																															
"Riojana" style potatoes casserole		Green beans with ham		"Cocido" Soup		Rice with homemade tomato sauce		Mac & cheese																															
Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)		Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12)		Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)		Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maíz) (3,4)		Hamburguesa de ternera encbollada con patatitas dado (10,11,12)																															
Breaded cuttlefish (baked) with roast tomato and oregano		Pork loin with vegetables & potatoes		Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew		Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad		Veal hamburguer and onion with diced potatoes																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos/ Dairy																															
kcal	462	Lip	22,9	Prot	25,3	HdC	39	kcal	401	Lip	20,0	Prot	12,0	HdC	43	kcal	461	Lip	16,4	Prot	19,3	HdC	59	kcal	376	Lip	10,2	Prot	8,1	HdC	63	kcal	542	Lip	18,1	Prot	21,2	HdC	74
24		25		26		27		28 - SWEDEN FRIDAY																															
Lentejas ecológicas a la jardinera		Arroz caldoso con verduras		Crema de verduras de temporada (12)		Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas		Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10)																															
Organic lentil & veggie soup		Soupy rice & vegetables		Cream of vegetables soup		Chickpeas and spinach soup		Homemade fish soup																															
Tortipizza con batata asada (3,12)		Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10)		Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12)		Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12)																															
"Tortipizza" with sweet potato		Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)		Roasted chicken with apple sauce & cous-cous		Hake fillet with sauteed pumpkin		Veal meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Yogures surtidos/ Dairy desserts																															
kcal	673	Lip	31,7	Prot	41,9	HdC	55	kcal	699	Lip	16,4	Prot	37,1	HdC	101	kcal	545	Lip	14,6	Prot	36,5	HdC	67	kcal	700	Lip	33,5	Prot	15,6	HdC	84	kcal	712	Lip	29,5	Prot	40,5	HdC	71
31		32		33		34		35																															
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10)		Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)																															
Pasta with homemade tomato sauce		Spanish Omelette with diced tomato		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)		Pollo asado con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)																															
Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit		Fruta de temporada / Seasonal fruit																															
kcal	673	Lip	31,7	Prot	41,9	HdC	55																																



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

Menú sin carne de cerdo - MARZO / MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y conditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Fil. salmón en salsa con puré de patata casero (4,7,12) Salmon in sauce with mashed potato	Complemento: <u>garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</u> (1,2). Chick-peas, vegetables stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales Beans & vegetables	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, cebolla, ajo, nata, queso, romero). (7,12). SIN BACON "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream). NO BACON.
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezada al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed veal with mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas guisadas con verduras (12) Potatoes and vegetables casserole	Judías verdes salteadas Green beans	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Mac and Cheese (1,3,6,7,10) Mac & cheese
Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish (baked) with roast tomato and oregano	Filete de pollo con salsa de verduras y patata panadera (1,2) Grilled chicken fillet with vegetables & potatoes	Complemento: <u>garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</u> (1,2). Chick-peas, vegetables stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12) Veal hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de <u>garbanzos ecológicos</u> y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas caseras de pollo en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (7,12) Homemade chicken meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
31				
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú sin frutos secos - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
3	4	5	6	7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12) Fresh pork loin in sauce with mashed potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12) "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezada al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed vealwith mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (12) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Mac and Cheese (1,3,6,7,10) Mac & cheese
Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish (baked) with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12) Veal hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12) Veal meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
31				
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú sin frutos secos, coco ni sésamo - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
3	4	5	6	7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12) Fresh pork loin in sauce with mashed potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12) "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed vealwith mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (12) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Mac and Cheese (1,3,6,7,10) Mac & cheese
Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish (baked) with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12) Veal hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas caseras de pollo en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (7,12) Homemade chicken meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
31				
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Menú sin huevo ni lactosa - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos) "Cocido" Soup (allergen free noodles)	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y pasta sin alérgenos Minestrone soup and pasta (allergen free)
Lomo de cerdo fresco en salsa con patata asada (12) Fresh pork loin in sauce with roasted potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (4; harina de maíz) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	"Tortilla" (elaborada con harina de garbanzos) con ratatouille de verduras al horno (calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) Plain omelette (with chickpeas flour) & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate) (harina de maíz) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, romero) (12). SIN NATA NI QUESO. "Tartiflette" (NO CREAMY, NO CHEESE)
Salmón al estragón con guarnición de pasta sin alérgenos salteada (4) Salmon & stragon with wheat pasta (allergren free)	"Tortilla" de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (elaborada con harina de garbanzos) Potato omelette (chickpeas flour) & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed vealwith mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (12) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (fideos sin alérgenos) "Cocido" Soup (allergen free noodles)	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Macarrones con salsa casera de tomate (pasta sin alérgenos) Macaronni and homemade tomato sauce
"Tortilla" (con harina de garbanzos) con tomate asado al orégano Omelette (with chickpeas flour) with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	"Revuelto" (con harina de garbanzos) y atún claro e(ens.variada) (4) Scrambled (chickpeas flour) & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa casera sin alérgenos encebollada con patatitas dado (12) Allergen free hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (2,4; fideos sin alérgenos) Homemade fish soup (allergren free pasta)
Tortipizza (elaborada con harina de garbanzos) con batata asada (12) "Tortipizza" (with chickpeas flour) with sweet potato	Fishfingers caseros con harina de maíz con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada). (4) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con pasta sin alérgenos salteada Roasted chicken with apple sauce & allergen free pasta	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas sin alérgenos en salsa con patata asada y toque de mermelada de arándanos. (12) Allergen free meatballs in sauce with roasted potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
31				
Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera Pasta (allergen free) with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata (elaborada con harina de garbanzos) con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (12) Spanish Omelette (with chickpeas flour) with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Menú sin lactosa - MARZO / MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
3	4	5	6	7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y conditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con patata asada (12) Fresh pork loin in sauce with roasted potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate) (harina de maíz) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, romero) (12). SIN NATA NI QUESO. "Tartiflette" (NO CREAMY, NO CHEESE)
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed veal with mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (12) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Macarrones con salsa casera de tomate (pasta sin alérgenos) Macaronni and homemade tomato sauce
Tortilla francesa con tomate asado al orégano (3) Plain omelette with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa casera sin alérgenos encebollada con patatitas dado (12) Allergen free hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas sin alérgenos en salsa con patata asada y toque de mermelada de arándanos (12) Allergen free meatballs in sauce with roasted potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
31				
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú sin pescado azul - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (1,2) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12) Fresh pork loin in sauce with mashed potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit 10	Fruta de temporada / Seasonal fruit 11	Fruta de temporada / Seasonal fruit 12	Fruta de temporada / Seasonal fruit 13	Yogures surtidos/ Dairy desserts 14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (1,2) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12) "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)
Lagrimitas de pollo al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,6,10) Chicken goujons & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,1,2) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed veal with mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit 17	Fruta de temporada / Seasonal fruit 18	Fruta de temporada / Seasonal fruit 19	Fruta de temporada / Seasonal fruit 20	Yogures surtidos/ Dairy desserts 21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (1,2) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Mac and Cheese (1,3,6,7,10) Mac & cheese
Tortilla francesa de queso con tomate asado al orégano (3,7) Cheesy omelette with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (1,2) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y calabacín c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3) Scrambled egg & zucchini with ham & mixed salad	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12) Veal hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit 24	Fruta de temporada / Seasonal fruit 25	Fruta de temporada / Seasonal fruit 26	Fruta de temporada / Seasonal fruit 27	Yogures surtidos/ Dairy 28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (1,2) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de verduras (1,3,6,10) Homemade vegetables soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers (pescado blanco) con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,1,2) Hake fillet with sauteed pumpkin	Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12) Veal meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit 31	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce	Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato			
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú pesquetariano - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (12) Creamy of peas soup	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Fil. salmón en salsa con puré de patata casero (4,7,12) Salmon in sauce with mashed potato	Complemento: <u>garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</u> (1,2). Chick-peas, vegetables stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Seitán a la Parmigiana con ensalada (empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10) Seitan Parmigiana (breaded, tomato sauce and melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (12) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales Beans & vegetables	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, cebolla, ajo, nata, queso, romero). (7,12). SIN BACON "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream). NO BACON.
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pakoras vegetales caseras con ensalada variada (lechuga, maíz, zanahoria). Vegetarian pakoras & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,12) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Daditos de tofu guisado con champiñones y zanahorias baby (1,6) Diced tofu with mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas guisadas con verduras (12) Potatoes and vegetables casserole	Judías verdes salteadas Green beans	Sopa casera de verduras y fideos (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Mac and Cheese (1,3,6,7,10) Mac & cheese
Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish (baked) with roast tomato and oregano	Tortilla vegana guisada con salsa de verduras y pimientos verdes (harina de garbanzos: 12) Vegetarian omelette (chickpeas flour) and peppers	Complemento: <u>garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</u> (1,2). Chick-peas, vegetables stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maíz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa vegetal encebollada con patatitas dado (1,6,9,10) Vegetarian hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (12) Cream of vegetables soup	Potaje de <u>garbanzos ecológicos</u> y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pimientos rellenos de bolañesa vegetal y verduras con cuscus (1,6,10) Stuffed pepper (veggie bolognese, vegetables) & cus cus	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas vegetarianas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos (6,7,10,11,12) Vegetarian meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
31				
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú sin proteína de la leche - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (1,2) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y conditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con patata asada (1,2) Fresh pork loin in sauce with roasted potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate) (harina de maíz) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce)
Fruta de temporada / Seasonal fruit 10	Fruta de temporada / Seasonal fruit 11	Fruta de temporada / Seasonal fruit 12	Fruta de temporada / Seasonal fruit 13	Postre de soja/ Soy desserts 14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (1,2) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, romero) (1,2). SIN NATA NI QUESO. "Tartiflette" (NO CREAMY, NO CHEESE)
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,1,2) Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed vealwith mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit 17	Fruta de temporada / Seasonal fruit 18	Fruta de temporada / Seasonal fruit 19	Fruta de temporada / Seasonal fruit 20	Postre de soja/ Soy desserts 21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (1,2) "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con salsa de tomate casera Rice with homemade tomato sauce	Macarrones con salsa casera de tomate (pasta sin alérgenos) Macaronni and homemade tomato sauce
Tortilla francesa con tomate asado al orégano (3) Plain omelette with roast tomato and oregano	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (1,2) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa casera sin alérgenos encebollada con patatitas dadas (1,2) Allergen free hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit 24	Fruta de temporada / Seasonal fruit 25	Fruta de temporada / Seasonal fruit 26	Fruta de temporada / Seasonal fruit 27	Postre de soja/ Soy desserts 28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (1,2) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,1,2) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,1,2) Hake fillet with sauteed pumpkin	Albóndigas sin alérgenos en salsa con patata asada y toque de mermelada de arándanos (1,2) Allergen free meatballs in sauce with roasted potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit 31	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Postre de soja/ Soy desserts
Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce	Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,1,2) Spanish Omelette with diced tomato	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos



Menú sin tomate - MARZO / MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...

LUNES / MONDAY 3	MARTES / TUESDAY 4	MIÉRCOLES / WEDNESDAY 5	JUEVES / THURSDAY 6	VIERNES / FRIDAY 7 - ITALIAN FRIDAY
Crema de guisantes (1,2) Creamy of peas soup	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde). NO tomate. Veggie "paella"	Lentejas ecológicas guisadas con vegetales (no tomate) Organic lentil & veggie soup	Sopa minestrone de verduras y conditos (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12) Fresh pork loin in sauce with mashed potato	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y maíz (No tomate) (1,4,6,10) Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)	Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con queso) (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, melted cheese)
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
Puré de calabacín (1,2) Soup of zucchini	Judías blancas con vegetales y chorizo (no tomate) Beans & vegetables, chorizo	Brócoli con cebollita y arroz Sautéed broccoli & onion	Lentejas ecológicas a la jardinera (no tomate) Organic lentil & veggie soup	Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12) "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)
Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Salmon & stragon with wheat pasta (sautéed)	Tortilla española de patata y cebolla con ensalada (NO Tomate) aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & salad (no tomato) tossed with olive oil extra and oregano	Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maíz, zanahoria) Roast chicken & salad	Merluza con tomate y patatita vapor (4,1,2) Codfish cooked in tomato sauce and boiled potato	Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby Stewed veal with mushrooms and baby carrots
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
Patatas a la riojana (1,2). NO tomate. "Riojana" style potatoes casserole	Judías verdes salteadas con jamón Green beans with ham	Sopa de cocido (1,3,6,10) "Cocido" Soup	Arroz blanco con champiñones Rice with mushrooms	Mac and Cheese (1,3,6,7,10). NO TOMATE. Mac & cheese
Sepia rebozada (al horno) con ens. De lechuga (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Breaded cuttlefish (baked) with lettuce	Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (1,2) Pork loin with vegetables & potatoes	Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (1,2) Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew	Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maíz) (3,4) Scrambled egg & tuna with ham & mixed salad	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12) Veal hamburger and onion with diced potatoes
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
Lentejas ecológicas a la jardinera (NO TOMATE) Organic lentil & veggie soup	Arroz caldoso con verduras Soupy rice & vegetables	Crema de verduras de temporada (1,2) Cream of vegetables soup	Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas Chickpeas and spinach soup	Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10) Homemade fish soup
Tortipizza con batata asada (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	Fishfingers con ensalada variada (lechuga, zanahoria rallada) (1,4,6,10) Fishfingers with salad (lettuce, shredded carrot)	Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12) Hake fillet with sauteed pumpkin	Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12) Veal meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogures surtidos/ Dairy desserts
31				
Lacitos al aggio e olio (1,3,6,10) Aggio e olio pata				
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz (3,12) Spanish Omelette with salad (no fresh tomato)				
Fruta de temporada / Seasonal fruit				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

