

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

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 frutos secos - 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
<b>EY: Crema de guisantes (12)</b> <b>P: Guisantes rehogados con cebolla y ajitos</b>	<b>Sopa de cocido (1,3,6,10)</b>	<b>Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde)</b>	<b>Lentejas ecológicas guisadas con vegetales</b>	<b>Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10)</b>
Sautéed peas (onion and garlic)	"Cocido" Soup	Veggie "paella"	Organic lentil & veggie soup	Minestrone soup and pasta
<b>Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero (7,12)</b>	<b>Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)</b>	<b>Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10)</b>	<b>Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3)</b>	<b>Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso) (1,3,6,7,10)</b>
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)
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
10	11	12	13	14 - FRENCH FRIDAY
<b>Puré de calabacín (12)</b>	<b>Judías blancas con vegetales y chorizo</b>	<b>Brócoli con cebollita y arroz</b>	<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b>	<b>Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12)</b>
Soup of zucchini	Beans & vegetables, chorizo	Sautéed broccoli & onion	Organic lentil & veggie soup	"Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)
<b>Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</b>	<b>Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3)</b>	<b>Pollo asado con ensalada variada (lechuga, maiz, zanahoria)</b>	<b>Merluza con tomate y patatita vapor (4,12)</b>	<b>Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby</b>
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 veal with mushrooms and baby carrots
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
<b>Patatas a la riojana (12)</b>	<b>Judías verdes salteadas con jamón</b>	<b>Sopa de cocido (1,3,6,10)</b>	<b>Arroz blanco con salsa de tomate casera</b>	<b>Mac and Cheese (1,3,6,7,10)</b>
"Riojana" style potatoes casserole	Green beans with ham	"Cocido" Soup	Rice with homemade tomato sauce	Mac & cheese
<b>Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)</b>	<b>Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera (12)</b>	<b>Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)</b>	<b>Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4)</b>	<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (10,11,12)</b>
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 hamburger and onion with diced potatoes
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy</b>
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b>	<b>Arroz caldoso con verduras</b>	<b>Crema de verduras de temporada (12)</b>	<b>Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas</b>	<b>Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10)</b>
Organic lentil & veggie soup	Soupy rice & vegetables	Cream of vegetables soup	Chickpeas and spinach soup	Homemade fish soup
<b>Tortipizza con batata asada (3,12)</b>	<b>Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)</b>	<b>Pollo asado a la manzana con cuscus (1,6,10)</b>	<b>Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12)</b>	<b>Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12)</b>
"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
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31				
<b>Lacitos con salsa de tomate casera (1,3,6,10)</b>				
Pasta with homemade tomato sauce				
<b>Tortilla de patata con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12)</b>				
Spanish Omelette with diced tomato				
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>				

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 ni mango - 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
<b>EY: Crema de guisantes</b> (12) <b>P: Guisantes rehogados con cebolla y ajitos</b>	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Paella vegetal</b> (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde)	<b>Lentejas ecológicas</b> guisadas con vegetales	<b>Sopa minestrone de verduras y coditos</b> (1,3,6,10)
Sautéed peas (onion and garlic)	"Cocido" Soup	Veggie "paella"	Organic lentil & veggie soup	Minestrone soup and pasta
<b>Lomo de cerdo fresco en salsa con puré de patata casero</b> (7,12)	<b>Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo</b> (12)	<b>Filete de merluza a la andaluza (casera) con ensalada de lechuga y tomate</b> (1,4,6,10)	<b>Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno</b> (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3)	<b>Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso)</b> (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)
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
10	11	12	13	14 - FRENCH FRIDAY
<b>Puré de calabacín</b> (12)	<b>Judías blancas con vegetales y chorizo</b>	<b>Brócoli con cebollita y arroz</b>	<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b>	<b>Tartiflette</b> (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)
<b>Salmón al estragón con guarnición de pasta integral salteada</b> (1,3,4,6,10)	<b>Tortilla española de patata y cebolla</b> con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3)	<b>Pollo asado con ensalada variada</b> (lechuga, maiz, zanahoria)	<b>Merluza con tomate y patatita vapor</b> (4,12)	<b>Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby</b>
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 veal with mushrooms and baby carrots
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
<b>Patatas a la riojana</b> (12)	<b>Judías verdes salteadas con jamón</b>	<b>Sopa de cocido</b> (1,3,6,10)	<b>Arroz blanco con salsa de tomate casera</b>	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10)
"Riojana" style potatoes casserole	Green beans with ham	"Cocido" Soup	Rice with homemade tomato sauce	Mac & cheese
<b>Sepia rebozada (al horno) con tomate asado al orégano</b> (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	<b>Cinta de lomo con salsa de verduras y patata panadera</b> (12)	<b>Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo</b> (12)	<b>Revuelto de huevo y atún claro c/ens.variada</b> (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3,4)	<b>Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dadas</b> (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 hamburger and onion with diced potatoes
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy</b>
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b>	<b>Arroz caldoso con verduras</b>	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12)	<b>Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas</b>	<b>Sopa casera de pescado</b> (1,2,3,4,6,10)
Organic lentil & veggie soup	Soupy rice & vegetables	Cream of vegetables soup	Chickpeas and spinach soup	Homemade fish soup
<b>Tortipizza con batata asada</b> (3,12)	<b>Fishfingers con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con cuscus (1,6,10)	<b>Filete de merluza al horno con salteado de calabaza</b> (4,12)	<b>Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos)</b> (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
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31				
<b>Lacitos con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10)				
Pasta with homemade tomato sauce				
<b>Tortilla de patata</b> con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12)				
Spanish Omelette with diced tomato				
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>				

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

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

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

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

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

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

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 ovolacteo vegetariano (si come pollo) - 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
<b>EY: Crema de guisantes</b> (12) <b>P: Guisantes rehogados con cebolla y ajitos</b> Sautéed peas (onion and garlic)	<b>Sopa casera de verduras y fideos</b> (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	<b>Paella vegetal</b> (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde) Veggie "paella"	<b>Lentejas ecológicas guisadas con vegetales</b> Organic lentil & veggie soup	<b>Sopa minestrone de verduras y coditos</b> (1,3,6,10) Minestrone soup and pasta
<b>Huevos en salsa con puré de patata casero</b> (3,7,12) Hard boiled egg in sauce with mashed potato	<b>Complemento: garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</b> (12). Chick-peas, vegetables stew	<b>Falafel con ensalada de lechuga y tomate</b> (1,6,10) Falafel and salad (lettuce and fresh tomato)	<b>Tortilla francesa con ratatouille de verduras al horno</b> (rodaja de calabacín, berenjena, pimientos, cebolla) (3) Plain omelette & ratatouille	<b>Pollo a la Parmigiana con ensalada (fil. de pollo empanado casero con tomate y queso)</b> (1,3,6,7,10) Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
10	11	12	13	14 -FRENCH FRIDAY
<b>Puré de calabacín</b> (12) Soup of zucchini	<b>Judías blancas con vegetales</b> Beans & vegetables	<b>Brócoli con cebollita y arroz</b> Sautéed broccoli & onion	<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b> Organic lentil & veggie soup	<b>Tartiflette</b> (pastel de patatas, cebolla, ajo, nata, queso, romero). (7,12). SIN BACON "Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream). NO BACON.
<b>Lagrimitas de seitán al estragón con guarnición de pasta integral salteada</b> (1,3,6,10) Seitan goujons & stragon with wheat pasta (sautéed)	<b>Tortilla española de patata y cebolla</b> con ens. capresse aderezad al AOVE y orégano (3) Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano	<b>Pollo asado con ensalada variada</b> (lechuga, maiz, zanahoria) Roast chicken & salad	<b>Huevos cocidos con tomate y patatita vapor</b> (3,12) Hard boiled egg cooked in tomato sauce and boiled potato	<b>Daditos de tofu guisado con champiñones y zanahorias baby</b> (1,6) Diced tofu with mushrooms and baby carrots
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
17	18	19	20	21 - U.S.A FRIDAY
<b>Patatas guisadas con verduras</b> (12) Potatoes and vegetables casserole	<b>Judías verdes salteadas</b> Green beans	<b>Sopa casera de verduras y fideos</b> (1,3,6,10) Homemade vegetables soup and noodles	<b>Arroz blanco con salsa de tomate casera</b> Rice with homemade tomato sauce	<b>Mac and Cheese</b> (1,3,6,7,10) Mac & cheese
<b>Nuggets vegetales con tomate asado al orégano</b> (1,6,10) Vegetarian nuggets with roast tomato and oregano	<b>Tortilla vegana guisada con salsa de verduras y pimientos verdes</b> (harina de garbanzos: 12) Vegetarian omelette (chickpeas flour) and peppers	<b>Complemento: garbanzos ecológicos, zanahoria, patata, puerro</b> (12). Chick-peas, vegetables stew	<b>Revuelto de huevo y calabacín c/ens.variada</b> (lechuga, col lombarda, zanahoria y maiz) (3) Scrambled egg & zucchini with ham & mixed salad	<b>Hamburguesa vegetal encebollada con patatitas dado</b> (1,6,9,10) Vegetarian hamburger and onion with diced potatoes
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy</b>
24	25	26	27	28 - SWEDEN FRIDAY
<b>Lentejas ecológicas a la jardinera</b> Organic lentil & veggie soup	<b>Arroz caldoso con verduras</b> Soupy rice & vegetables	<b>Crema de verduras de temporada</b> (12) Cream of vegetables soup	<b>Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas</b> Chickpeas and spinach soup	<b>Sopa casera de verduras</b> (1,3,6,10) Homemade vegetables soup
<b>Tortipizza con batata asada</b> (3,12) "Tortipizza" with sweet potato	<b>Fingers de seitán con ensalada variada</b> (lechuga, tomate, zanahoria rallada). (1,6,10) Seitan fingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)	<b>Pollo asado a la manzana</b> con cuscus (1,6,10) Roasted chicken with apple sauce & cous-cous	<b>Huevos revueltos con salteado de calabaza</b> (3) Scrambled egg with sauteed pumpkin	<b>Albóndigas vegetarianas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos</b> (6,7,10,11,12) Vegetarian meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>	<b>Yogures surtidos/ Dairy desserts</b>
31				
<b>Lacitos con salsa de tomate casera</b> (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce				
<b>Tortilla de patata</b> con gajos de tomate aderezados con AOVE y orégano (3,12) Spanish Omelette with diced tomato				
<b>Fruta de temporada / Seasonal fruit</b>				

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 multialergia: sin huevo, frutos secos, cacahuete, pescados planos, tomate crudo, kiwi - MARZO/ MARCH 2025

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano, mandarinas...NO KIWI.

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

Pescados planos: rodaballo, lenguado, lenguadina, gallo.

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

