

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puero, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

kcal 665 | Lip 23,3 | Prot 26,0 | HdC 88

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

kcal 758 | Lip 29,2 | Prot 41,9 | HdC 82

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

kcal 749 | Lip 19,1 | Prot 38,6 | HdC 106

22

DEPARTURES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puero, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
kcal 685 Lip 33,7 Prot 32,1 HdC 63	kcal 723 Lip 22,8 Prot 40,8 HdC 89	kcal 682 Lip 25,6 Prot 27,5 HdC 85	kcal 672 Lip 23,3 Prot 26,2 HdC 89	kcal 758 Lip 29,2 Prot 41,9 HdC 82
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
kcal 713 Lip 30,9 Prot 50,4 HdC 58	kcal 623 Lip 15,0 Prot 16,4 HdC 106	kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 641 Lip 28,4 Prot 32,1 HdC 64	kcal 749 Lip 19,1 Prot 38,6 HdC 106
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	DEPARTURES
kcal 669 Lip 23,5 Prot 35,6 HdC 79	kcal 724 Lip 33,8 Prot 31,9 HdC 73	kcal 733 Lip 23,0 Prot 41,0 HdC 91	kcal 688 Lip 36,8 Prot 26,6 HdC 62	
25	26	27	28	29

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

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

grupo_servicatering

ayre

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin kiwi

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

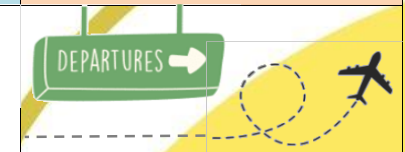
15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



Fruta de temporada (no kiwi) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin plátano ni aguacate

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

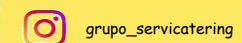
22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	22
25	26	27	28	29



Fruta de temporada (no plátano ni aguacate) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin cerezas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

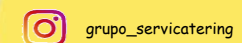
22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



Fruta de temporada (no cerezas) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin frutos rojos (sí fresas y sandía)

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

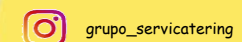
22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



Fruta de temporada (no frutos rojos, sí fresa y sandía) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin sandía, melón ni melocotón

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



Fruta de temporada (no sandía, melón ni melocotón) en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin nueces

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Filete de pollo con ajo y perejil a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin frutas secas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Filete de pollo con ajo y perejil a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin zanahoria

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos

Pescados sostenibles

Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Productos integrales

GASTRONOMÍA LOCAL

Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, pim.verde y rojo) (12)(no zanahoria)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (no zanahoria)(3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (no zanahoria)(1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (no zanahoria) (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, pim.verde y rojo) (12) (no zanahoria) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, puerro y cebolla) (no zanahoria) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (no zanahoria)(3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas quisadas con magro (12)(cebolla, pimienta verde y rojo)(no zanahoria) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12)(no zanahoria) Flamenquín de york y queso con ensalada (no zanahoria)(1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, fideos ECO) (1,3,6,10)(no zanahoria) Complemento del cocido: garbanzos ECO , ave, morcillo, chorizo (12)(no zanahoria) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (no zanahoria)(1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (pim. verde y rojo, cebolla, puerro)(no zanahoria) Huevos villarroy con ensalada de la huerta (no zanahoria)(1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras (no zanahoria) Albóndigas de ternera con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (harina de maíz,4)

Postre **lácteo** (7)

22



29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly casera (harina de maíz) Hamburguesa de ternera (esp.sin alergenoss) a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (esp.sin alergenoss)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) Flamenguín casero de fiambre de pavo y queso con ensalada (harina de maíz, 3, 7) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenoss) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (harina de maíz,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (esp.sin alergenoss) a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (6,7) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras Albóndigas de ternera (esp. sin alérgenos) al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (harina de maíz,4) Postre lácteo (7)
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con ensalada de lechuga (3)

Postre de soja (6)

8

Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre de soja (6)

15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre de soja (6)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly casera (harina de maíz) Hamburguesa de ternera (esp.sin alergenoss) a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y postre de soja (6)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con migas de bacalao y espinacas (4) Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3) Postre de soja (6)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y postre de soja (6)	Puré de verduras naturales ECO (12) Pollo al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3) Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre de soja (6)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3) Fruta y postre de soja (6)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales salteados con cebollita y bacon (1,3,6,10) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

áyre

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Judías pintas a la hortelana (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12)

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Potaje de garbanzos con y espinacas

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

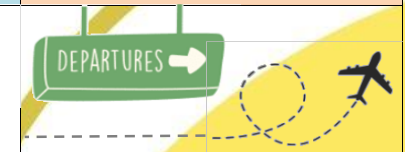
15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)


Filete de pollo con ensalada

Postre **lácteo** (7)

22



29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly casera (harina de maíz) Hamburguesa de ternera a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (1,6,7,12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (1,3,6,10)(con tomate, chorizo y orégano) <u>Salchichas de pavo con ensalada (6)</u> Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) <u>Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada de lechuga y maíz.</u> Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) <u>Pollo a la naranja con arroz</u> Fruta de temporada	
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) <u>Salchichas con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (6)</u> Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) <u>Flamenguín casero de fiambre de pavo y queso con ensalada (harina de maíz, 3, 7)</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Judías verdes con tomate Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada	Filete de pollo con ensalada Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) <u>Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3)</u> Fruta y leche (7)	<u>Sopa de arroz</u> Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (1,3,6,7,10) <u>Filete de pollo en salsa de pimiento y tomate</u> Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Albóndigas de ternera al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (1,6,12) Fruta de temporada	
25	26	27	28	29



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

grupo_servicatering

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - MARZO 2024

Menú sin legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.



Ingredientes ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

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

VIERNES

1

Pasta esp. sin alérgenos rehogada con ajo y perejil

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga (3,7)

Postre **lácteo** (7)

8

Sopa de caldo de ave con fideos **ECO** (esp. sin alérgenos)

Tortilla francesa con calabacín y guarnición de ensalada (3)

Postre **lácteo** (7)

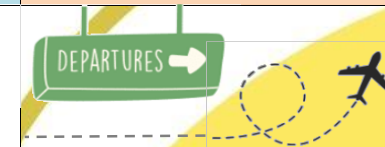
15

Arroz con salsa de tomate casera y picadillo de huevo cocido (3)

Filete de Abadejo a la Andaluza con ensalada (1,4)

Postre **lácteo** (7)

22



29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera (esp. sin alérgenos) a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (esp. sin alérgenos) (con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Panaché de verduras (sin legumbre) Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Salmón a la naranja con arroz (4) Fruta de temporada
11	12	13	14
Patatas guisadas con magro (12) (zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filetitos de caballa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) (sin legumbre) Pollo al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de fideos ECO (esp. sin alérgenos) Complemento del cocido: zanahoria, ave, morcillo, chorizo (sin garbanzos, 12) Fruta de temporada y pan integral	Brócoli rehogado Ragout de pavo guisado con patatas dado (12) Fruta de temporada
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA
Crema de calabacín y puerro (12) Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12) (patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (esp. sin alérgenos) a la carbonara con nata y cebollita (7) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras (sin legumbre) Albóndigas de ternera (esp. sin alérgenos) al estilo filandés (zanahorias, puerros, tomate y caldo vegetal) con patatas dado (12) Fruta de temporada
25	26	27	28



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

grupo_servicatering