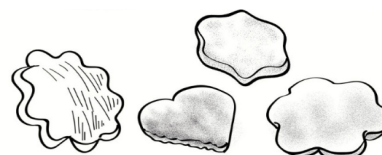


Menú GENERAL, mes de abril de 2023

3	4	5	6	7
POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, tomate, col)	ENSALADA VARIADA CON HUEVO COCIDO	PAELLA DE VERDURAS (cebolla, tomate, guisantes, judía verde, coliflor)		
CHISPITAS DE MERLUZA CASERAS	GUIISO DE ALBÓNDIGAS MIXTAS	NUGGETS CASEROS DE POLLO		
ENSALADA VARIADA CON ATÚN	VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, guisantes, tomate) Y PATATA	ENSALADA VARIADA CON MAÍZ		
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL AZUCARADO	FRUTA DE TEMPORADA		
<i>Sugerencia de cena:</i> Tortitas de brócoli con patatas cocidas aliñadas / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Sopa de pasta y lenguado con espinacas / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Sepia con cebolla, tomate y arroz / Fruta		
10	11	12	13	14

Vacaciones de Pascua



17	18	19	20	21
SOPA DE CALDO DE AVE (cebolla, zanahoria, tomate, nabo) (con pasta integral)	POTAJE DE LENTEJAS CON VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, espinacas)	ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE (ajo, cebolla, zanahoria, tomate)	PURÉ DE VERDURAS Y GARBANZOS	ESPAGUETIS INTEGRALES CON SALSA AL PESTO (ajo, albahaca, aceite, queso)
HOKI CON REBOZADO CASERO	TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN	SALCHICHAS DE POLLO A LA PLANCHA	PAVO AL CURRY	PALOMETA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ	ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS	MENESTRA DE VERDURAS	CHAMPIÑONES Y ARROZ	ENSALADA VARIADA CON SEMILLAS
YOGUR NATURAL AZUCARADO	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
<i>Sugerencia de cena:</i> Espirales de legumbre con verduras y curry / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Coliflor con bechamel, queso y almendras / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada y pulpo con patata cocida / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Puré de verduras y quiche casera variada / Fruta
24	25	26	27	28
PURÉ DE VERDURAS Y LENTEJAS	SOPA DE "BULLIT" (con pasta integral)	FIDEUÁ MIXTA (cebolla, tomate, guisantes, pimiento rojo, pimiento verde)	POTAJE DE JUDÍAS CON VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, acelgas)	ARROZ DE PESCADO (cebolla, puerro, zanahoria, tomate, laurel, rape)
LOMO EMPANADO CASERO	"BULLIT MALLORQUÍ"	ABADEJO CON EMPANADO CASERO	FILETE DE PAVO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO
PATATA Y PIMIENTOS ASADOS	PATATA Y VERDURAS (judía verde, zanahoria, col, cebolla)	ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS	ENSALADA VARIADA CON ATÚN	ENSALADA VARIADA CON MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL AZUCARADO	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
<i>Sugerencia de cena:</i> Sopa de pasta y merluza con ensalada / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada de tomate y garbanzos salteados con puerros y arroz / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Salteado de verduras con huevo a la plancha y pan tostado / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada y salmón a la plancha con patata cocida / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Tacos caseros variados / Fruta

Si necesita información de los alérgenos contenidos en el menú, contacte con cocinadosbenjamin@hotmail.com