



MARZO

	lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2	3	4	7	6
Plato principal	lasaña de vegetales y queso	pechuga de pavo al horno compota de manzana mijo	filete de merluza empanado pure de patatas brócoli	hamburguesas de ternera arroz tomates cherry	garbanzos arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda	palitos con guacamole	cereales con leche	yogurt natural	fruta	pan con crema de nueces
	9	10	11	12	13
Plato principal	pasta con brócoli	salchichas en salsa de tomates y vegetales arroz	suquet de pescado cous cous con zanahoria	pollo al horno con patatas	lentejas arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda	palitos y pavo	cereales con leche	yogurt natural	fruta	pan con crema de nueces
	16	17	18	19	20
Plato principal	tortilla de patatas ensalada pan integral	redondo de ternera en salsa arroz coliflor hervida	pasta con salsa de atún y vegetales	estofado de pollo con champiñones bulgur con vegetales	carne triturada frijoles negros arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda	pasitas, queso y galletas	cereales con leche	yogurt natural	fruta	pan con crema de nueces
	23	24	25	26	27
Plato principal	quinoa con vegetales	pollo picado con vegetales polenta de maíz	arroz a la marinera	pasta con salsa boloñesa	EASTER PARTY mixto de legumbres arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda	tortitas de maíz con humus	cereales con leche	yogurt natural	fruta	fruta y chocolates
	30				
Plato principal	quiche de vegetales salchichas de pavo				
postre	fruta de temporada				
merienda	tortitas de bananas y avena				

