

MENÚ ESCOLAR MARZO 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

MENÚ ENTERO

PE

NO OLVIDES EL DESAYUNO, EMPIEZA EL DÍA CON FUERZA!



| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>Crema de verduras hortelana Albóndigas de pollo en salsa con menestra Pan y Fruta</p> <p style="text-align: right;">3</p> | <p>Lentejas con zanahorias Tortilla francesa con quesitos Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">4</p> | <p>Patatas estofadas con carne de cerdo Filete de merluza a las finas hierbas con calabacín Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">5</p> | <p>Macarrones a la boloñesa Mini flamenquines al horno y zanahorias aliñadas Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">6</p> | <p>Alubias con judías verdes y calabaza Pechuga de pollo al curry con ensalada tipo 1 Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">7</p> |
| <p>Patatas con chocos Lomo de cerdo adobado al limón con calabacín Pan y Fruta</p> <p style="text-align: right;">10</p> | <p>Macarrones con tomate y orégano Albóndigas mixtas a la jardinera Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">11</p> | <p>Sopa de picadillo con arroz (jamón y huevo cocido) Merluza en salsa menier con coliflor Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">12</p> | <p>Crema de calabacín y puerro Tortilla de patatas con cebolla y tomate a rodajas Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">13</p> | <p>Garbanzos con zanahorias Bocaditos de rosada al horno con ensalada tipo 2 Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">14</p> |
| <p>Crema de calabaza y zanahoria Filete de lomo de cerdo en tomate con judías verdes Pan y Fruta</p> <p style="text-align: right;">17</p> | <p>Alubias con verduras Boquerones en tempura y tomate a rodajas Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">18</p> | <p>Patatas con alcachofas Pechuga de pollo en salsa a la jardinera Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">19</p> | <p>Lentejas con zanahorias Hamburguesa de ave en salsa con patatas al horno Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">20</p> | <p>Macarrones con tomate y queso rallado Salchichas picnic en salsa con zanahorias baby Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">21</p> |
| <p>Crema de apio y puerro Tortilla de patatas con cebolla y pimientos asados Pan y Fruta</p> <p style="text-align: right;">24</p> | <p>Sopa de ave con arroz (pollo y zanahorias) Merluza a la roteña con pimientos Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">25</p> | <p>Patatas estofadas con verduras Pechuga de pollo en salsa de la abuela con zanahorias Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">26</p> | <p>Crema de verduras hortelana Albóndigas de pollo en salsa con menestra Pan integral y Fruta</p> <p style="text-align: right;">27</p> | <p>Macarrones a la boloñesa Croquetas de jamón y remolacha aliñada Pan y Lácteo</p> <p style="text-align: right;">28</p> |
| <p>Crema de puerro y apio Tortilla francesa y zanahorias aliñadas Pan y Fruta</p> <p style="text-align: right;">31</p> | <p>Ensalada tipo 1: lechuga romana, zanahoria rallada y tomate. Ensalada tipo 2: lechuga romana, maíz y rodajas de aceitunas verdes Ensalada tipo 3: lechuga romana, maíz y remolacha rallada.</p> | | | |



Ana Pemán Pérez-Serrano
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Licenciada en Ciencia Y Tecnología de Alimentos
No Col: AND-00572



www.dmaritainfantil.com

SOMOS AGUA: El 70% de nuestro cuerpo es agua, imprescindible para hidratar todos nuestros órganos y eliminar toxinas. Apostar por el agua como bebida familiar es sinónimo de salud. Los zumos de frutas naturales son una buena opción, pero nunca deben sustituir el consumo mínimo diario de agua.