

# MARCH

## Monday

## Tuesday

## Wednesday

## Thursday

## Friday

5 **1°** Macaroni with tomato sauce  
**2°** San jacobito with lettuce  
**Dessert** Yogurt Bread  
Kcal 929 Glu 131 Lip 38 Pro 23

6 **1°** Lentils with rice  
**2°** Pork loin with mushrooms  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 820 Glu 106 Lip 17 Pro 65

7 **1°** Vegetable puree  
**2°** Cood with pisto  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 690 Glu 103 Lip 23 Pro 28

1 **1°** Vegetable stew  
**2°** Scalope of veal with mushrooms  
**Dessert** Yogurt Bread  
Kcal 809 Glu 82 Lip 36 Pro 41

2 **1°** Potatoes in green sauce  
**2°** Rioja style hake  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 706 Glu 95 Lip 23 Pro 29

12 **1°** Lentils with leek  
**2°** Hake with lettuce  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 798 Glu 104 Lip 26 Pro 42

13 **1°** Potatoes with tuna  
**2°** Chicken breast with carrot and courgette  
**Dessert** Custard Bread  
Kcal 781 Glu 103 Lip 24 Pro 43

14 **1°** Paella  
**2°** Beef casserole with mushrooms  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 900 Glu 139 Lip 20 Pro 49

15 **1°** Spinach cream  
**2°** Spanish omelette with salad  
**Dessert** Yogurt Bread  
Kcal 790 Glu 93 Lip 36 Pro 20

16 **1°** Chickpeas with pumpkin  
**2°** Chicken sausages with ketchup  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 853 Glu 94 Lip 35 Pro 35

19 **1°** Green beans with potatoes  
**2°** Croquette with salad  
**Dessert** Yogurt Bread  
Kcal 810 Glu 98 Lip 39 Pro 20

20 **1°** Spaghetti with tomato and cheese  
**2°** Pork loin with peppers  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 795 Glu 106 Lip 19 Pro 41

21 **1°** Potatoes with lek cream  
**2°** Spanish omelette with lettuce  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 757 Glu 92 Lip 34 Pro 23

22 **1°** Red beans with carrot  
**2°** Hake with mayonnaise  
**Dessert** Candied fruit Bread  
Kcal 933 Glu 118 Lip 36 Pro 40

23 **1°** Rice with vegetables  
**2°** Beef casserole with vegetables  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 885 Glu 140 Lip 18 Pro 45

26 **1°** Lentils with chorizo  
**2°** Cood with corn salad  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 823 Glu 103 Lip 25 Pro 50

27 **1°** Rice with tomato sauce  
**2°** Scalope of veal with peppers  
**Dessert** Actimel Bread  
Kcal 934 Glu 126 Lip 32 Pro 40

28 **1°** Courgette cream  
**2°** Hake in marinel sauce  
**Dessert** Fruta Bread  
Kcal 679 Glu 93 Lip 24 Pro 27

29 HOLIDAY

30 HOLIDAY

# MARZO

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

5 **1°** Macarrones con tomate  
**2°** San jacobito con lechuga  
**Postre** Yogur Pan  
Kcal 929 Glu 131 Lip 38 Pro 23

6 **1°** Lentejas con arroz  
**2°** Lomo adobado de cerdo con champiñones  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 820 Glu 106 Lip 17 Pro 65

7 **1°** Puré de verduras  
**2°** Bacalao al horno con pisto  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 690 Glu 103 Lip 23 Pro 28

1 **1°** Menestra de verduras  
**2°** Escalope de ternera con champiñones  
**Postre** Yogur Pan  
Kcal 809 Glu 82 Lip 36 Pro 41

2 **1°** Patatas en salsa verde  
**2°** Merluza a la riojana  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 706 Glu 95 Lip 23 Pro 29

12 **1°** Lentejas con puerros  
**2°** Merluza a la romana con lechuga  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 798 Glu 104 Lip 26 Pro 42

13 **1°** Marmitako  
**2°** Pechuga de pollo empanada con zan y cal  
**Postre** Natillas Pan  
Kcal 781 Glu 103 Lip 24 Pro 43

14 **1°** Paella  
**2°** Guisado de ternera con champiñones  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 900 Glu 139 Lip 20 Pro 49

15 **1°** Crema de espinacas  
**2°** Tortilla de patata con ensalada  
**Postre** Yogur Pan  
Kcal 790 Glu 93 Lip 36 Pro 20

16 **1°** Garbanzos con calabaza  
**2°** Salchichas de pollo al horno con ketchup  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 853 Glu 94 Lip 35 Pro 35

19 **1°** Judías verdes con patatas  
**2°** Croquetas de jamón con ensalada  
**Postre** Yogur Pan  
Kcal 810 Glu 98 Lip 39 Pro 20

20 **1°** Espaguettis con tomate y queso  
**2°** Lomo adobado de cerdo con pimientos  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 795 Glu 106 Lip 19 Pro 41

21 **1°** Crema de porrusalda  
**2°** Tortilla de patata con lechuga  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 757 Glu 92 Lip 34 Pro 23

22 **1°** Alubias rojas con zanahoria  
**2°** Merluza a la romana con mahonesa  
**Postre** Fruta almibar Pan  
Kcal 933 Glu 118 Lip 36 Pro 40

23 **1°** Arroz con verduras  
**2°** Guisado de ternera a la jardinera  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 885 Glu 140 Lip 18 Pro 45

26 **1°** Lentejas con chorizo  
**2°** Bacalao rebozado con ensalada de maiz  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 823 Glu 103 Lip 25 Pro 50

27 **1°** Arroz con tomate  
**2°** Escalope de ternera con pimientos  
**Postre** Yogur bebible Pan  
Kcal 934 Glu 126 Lip 32 Pro 40

28 **1°** Crema de calabacín  
**2°** Merluza al horno en salsa marinera  
**Postre** Fruta Pan  
Kcal 679 Glu 93 Lip 24 Pro 27

29 FIESTA

30 FIESTA