

CEIP TIRSO DE MOLINA - 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

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 limanda 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	 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) Filete de palometa 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 limanda 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	 Postre lácteo (7)
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 TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin frutos secos

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

15

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

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

Postre **lácteo** (7)

22

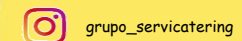


29

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) <u>York al horno con ensalada de lechuga y maíz</u> 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filete de palometa 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 limanda 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...



CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin frutos secos ni sésamo

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

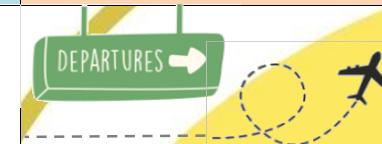
15

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

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

Postre **lácteo** (7)

22

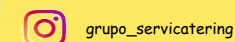


29

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) <u>York al horno con ensalada de lechuga y maíz</u> 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa 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 limanda 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...



ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin gallo ni lenguado

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

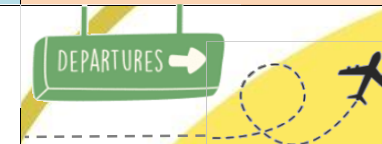
15

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

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

Postre **lácteo** (7)

22

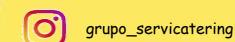


29

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) 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa 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 limanda 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 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...



ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin brócoli

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

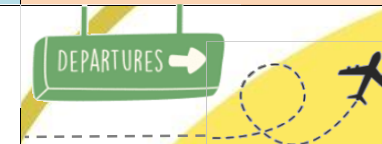
15

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

Filete de limanda 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) 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	<u>Puré de verduras naturales ECO (12)(no brócoli)</u> 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 limanda 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	<u>Menestra de verduras (no brócoli)</u> 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 TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin coliflor

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

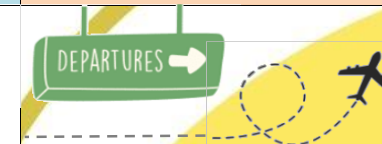
15

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

Filete de limanda 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
Verduras variadas (no coliflor) 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) (no coliflor) 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 limanda 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 pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras (no coliflor) 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 TIRSO DE MOLINA - 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

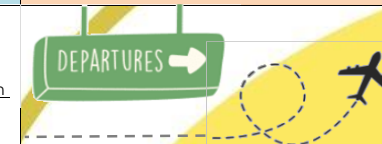
15

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

Filete de limanda 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 al horno Hamburguesa de ternera <u>esp.sin alergen</u> a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (<u>esp.sin alergen</u>) (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) <u>York al horno con ensalada de lechuga y maíz</u> Fruta de temporada	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) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) <u>York al horno con ensalada</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (<u>esp.sin alergen</u>) 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	
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</u> (3) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	<u>Espaguetis (esp.sin alergen</u>) a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (7) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras <u>Hamburguesa de ternera esp.sin alergen</u> con patatas dado (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 TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin gluten ni proteína de la leche

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 ensalada de lechuga (3)

Postre de soja (6)

8

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

Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre de soja (6)

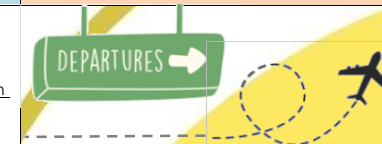
15

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

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

Postre de soja (6)

22

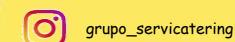


29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor al horno Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y bebida de soja (6)	Macarrones a la española (esp.sin alergenos)(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) York al horno 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
11	12	13	14
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y bebida de soja (6)	Puré de verduras naturales ECO (12) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) 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
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3) Fruta y bebida de soja (6)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (esp.sin alergenos) con cebollita y bacon Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos 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...



CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin gluten, soja ni proteína de la leche

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 ensalada de lechuga (3)

Postre de soja (6)

8

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

Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre de soja (6)

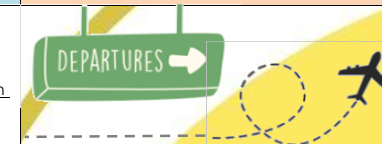
15

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

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

Postre de soja (6)

22

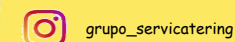


29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor al horno Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y bebida de soja (6)	Macarrones a la española (esp.sin alergenos)(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) York al horno 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
11	12	13	14
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y bebida de soja (6)	Puré de verduras naturales ECO (12) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) 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
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Tortilla francesa con ensalada de la huerta (3) Fruta y bebida de soja (6)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (esp.sin alergenos) con cebollita y bacon Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos 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...



ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin huevo

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)

Pollo en salsa con ensalada de lechuga

Postre **lácteo** (7)

8

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

Pollo con guarnición de ensalada

Postre **lácteo** (7)

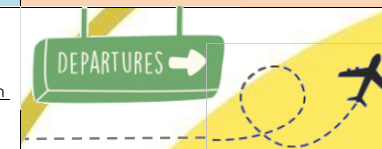
15

Arroz con salsa de tomate casera

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

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor al horno Hamburguesa de ternera <i>esp.sin alergen</i> a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (<i>esp.sin alergen</i>) (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) York al horno 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, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (<i>esp.sin alergen</i>) 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
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Salchichas de pavo con ensalada de la huerta (6) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (<i>esp.sin alergen</i>) a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (7) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera <i>esp.sin alergen</i> 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

ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin huevo, marisco ni champiñones

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)

Pollo en salsa con ensalada de lechuga

Postre lácteo (7)

8

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

Pollo con guarnición de ensalada

Postre lácteo (7)

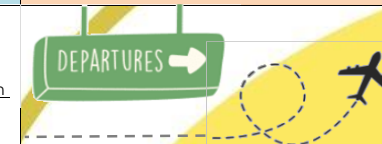
15

Arroz con salsa de tomate casera

Filete de limanda 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 al horno Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (esp.sin alergenos)(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) York al horno 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) Pollo con guarnición de ensalada Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) 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 Filete de limanda 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) Salchichas de pavo con ensalada de la huerta (6) 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 alergenos) a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (7) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos con patatas dado (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

ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin huevo, marisco ni frutos secos

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)

Pollo en salsa con ensalada de lechuga

Postre **lácteo** (7)

8

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

Pollo con guarnición de ensalada

Postre **lácteo** (7)

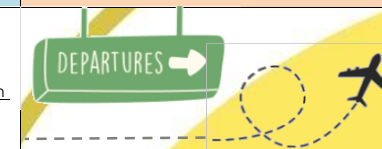
15

Arroz con salsa de tomate casera

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

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor al horno Hamburguesa de ternera <u>esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE)</u> (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (<u>esp.sin alergenos</u>)(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) <u>York al horno con ensalada de lechuga y maíz</u> 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, pimienta verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimienta, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) <u>York al horno con ensalada</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (<u>esp.sin alergenos</u>) 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
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) <u>Salchichas de pavo con ensalada de la huerta</u> (6) Fruta y leche (7)	Sopa de pescado con arroz (4) Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	<u>Espaguetis (esp.sin alergenos) a la carbonara (nata, cebollita, bacon)</u> (7) Filete de merluza en salsa de pimienta y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera <u>esp.sin alergenos con patatas dado</u> (12) Fruta de temporada
25	26	27	28



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

grupo_servicatering

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin huevo ni 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)

Pollo en salsa con ensalada de lechuga

Postre **lácteo** (7)

8

Arroz con verduras

Pollo con guarnición de ensalada

Postre **lácteo** (7)

15

Arroz con salsa de tomate casera

Pollo en salsa con ensalada

Postre **lácteo** (7)

22



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal
Coliflor al horno Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (esp.sin alergenos)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) York al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral	Crema Alicia (calabaza, zanahoria, puerro y cebolla) Pavo al horno con arroz Fruta de temporada
11	12	13	14
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de ternera con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (esp.sin alergenos) 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
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Salchichas de pavo con ensalada de la huerta (6) Fruta y leche (7)	Sopa de arroz Lacón a la Gallega (12)(patata y pimentón al horno) Fruta de temporada	Espaguetis (esp.sin alergenos) a la carbonara (nata, cebollita, bacon) (7) Cinta de lomo en salsa de pimiento y tomate Fruta de temporada y pan integral	Menestra de verduras Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos 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

ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - 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

Arroz con verduras

Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

15

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

Pollo en salsa con ensalada

Postre **lácteo** (7)

22



29

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



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

grupo_servicatering

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin carne de cerdo

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

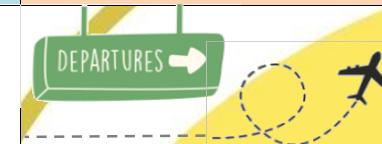
15

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

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

Postre **lácteo** (7)

22

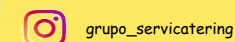


29

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)	<u>Macarrones (1,3,6,10) con tomate y orégano</u> Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Lentejas ECO estofadas (puerro, zanahoria, pim.verde y rojo) (12) <u>Pavo con ensalada de lechuga y maíz</u> 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas quisadas con verduras (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) <u>Pavo con ensalada</u> Fruta de temporada	Sopa de ave, puerro, zanahoria con fideos ECO (1,3,6,10) <u>Complemento: garbanzos ECO, zanahoria, ave (12)(no carne de cerdo)</u> 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 limanda 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) <u>Salchichas con patata con pimentón al horno</u> Fruta de temporada	Espaguetis integrales con nata y cebollita (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 en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin carne de pollo

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

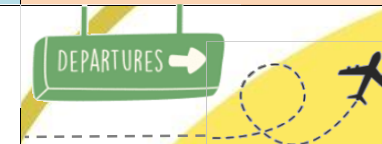
15

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

Filete de limanda 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) 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa 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) <u>Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, morcillo, chorizo (12)(sin carne de pollo)</u> 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 limanda 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 en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

grupo_servicatering

CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin judías blancas

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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

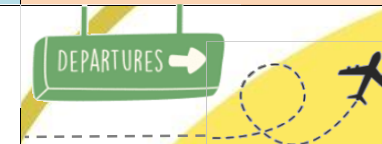
15

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

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

Postre **lácteo** (7)

22

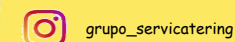


29

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) 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 de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimienta verde y rojo) Filete de palometa 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 limanda 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 en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



CEIP TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin garbanzos, lentejas ni guisantes

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

Espinacas con patata y bacalao (4)

Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre **lácteo** (7)

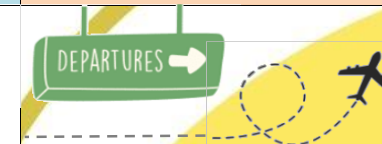
15

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

Filete de limanda 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	<u>Verdura variada (no guisantes)</u> 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	Espinacas con patata y bacalao (4) Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) (no guisantes) Flamenquín de york y queso con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Fruta de temporada	Sopa de ave, puerro, zanahoria con fideos ECO (1,3,6,10) <u>Complemento: zanahoria, ave, morcillo, chorizo</u> (12)(no garbanzos) 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 limanda a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
<u>Verdura variada (no guisantes)</u> 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	<u>Menestra de verduras (no guisantes)</u> 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 TIRSO DE MOLINA - MARZO 2024

Menú sin legumbre, gallo ni lenguado

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

Verdura variada (no legumbre)

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

Postre lácteo (7)

8

Espinacas con patata y bacalao (4)

Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12)

Postre lácteo (7)

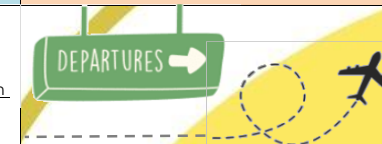
15

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

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

Postre lácteo (7)

22

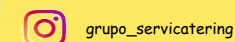


29

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4	5	6	7 - Día Mundial del Cereal	8
Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos a la plancha con patatas asadas al horno (ajo, orégano, pimienta negra, AOVE) (12) Fruta y leche (7)	Macarrones a la española (esp.sin alergenos)(con tomate, chorizo y orégano) Filete de merluza al horno con ensalada (4) Fruta de temporada	Verdura variada (no legumbre) York al horno 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	Espinacas con patata y bacalao (4) Tortilla de patata y calabacín con guarnición de ensalada (3,12) Postre lácteo (7)
11	12	13	14	15
Patatas guisadas con magro (12)(zanahoria, cebolla, pimiento verde y rojo) Filete de palometa con pisto (calabacín, pimiento, tomate, cebolla) (4) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales ECO (12) (no legumbre) York al horno con ensalada Fruta de temporada	Sopa de ave, puerro, zanahoria con fideos ECO (esp.sin alergenos) Complemento: zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)(no garbanzos) Fruta de temporada y pan integral	Verdura variada (no legumbre) 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 limanda a la Andaluza con ensalada (1,4) Postre lácteo (7)
18	19	20 - ¡Bienvenida Primavera!	21 - JORNADA GASTRONÓMICA FILANDESA	22
Verdura variada (no legumbre) 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 alergenos) a la carbonara (nata, cebollita) Filete de merluza en salsa de pimiento y tomate (4) Fruta de temporada y pan integral	Verdura variada (no legumbre) Hamburguesa de ternera esp.sin alergenos con patatas dado (12) Fruta de temporada	22
25	26	27	28	29



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



ayre