MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Basal - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Chorizo Xudías Pintas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso Pito en Salsa Yogur y Pan Iogur e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Croquetas de Jamón Croquetas de Xamón Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**8** Lentejas Estofadas Lentellas Estofadas Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo Ragout de Pavo Arroz INTEGRAL Salteado Arroz INTEGRAL Salteado Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado Patacas Dado Yogur y Pan Iogur e Pan	**14** Coditos al Gratén con Atún Coditos ao Gratén con Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**15** Paella de Verduras y Marisco Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Boquerones a la Andaluza Boquerones á Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana Macarrones INTEGRAIS Napolitana Magro de Cerdo con Tomate Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Arroz con Bacalao Arroz con Bacallau Yogur y Pan Iogur e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos Potaxe de Fabas e Garvanzos Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa de Cocido Gallego Sopa de Cocido Galego Repollo, Garbanzos, Chorizo, Pollo y Patata Repolo, Garavanzos, Chourizo, Pito e Pataca Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO . PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Sin Gluten - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Chorizo Xudías Pintas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute
4 Pasta S/Gluten S/Huevo con Tomate Pasta S/Glute S/Ovo con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso Pito en Salsa Yogur y Pan S/Gluten Iogur e pan sen glute	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Pavo Asado Pavo ao Forno Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**8** Arroz con Verduras Arroz con Verduras Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo Ragout de Pavo Arroz INTEGRAL Salteado Arroz INTEGRAL Salteado Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**12** Caldo Gallego Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado Patacas Dado Yogur y Pan S/Gluten Iogur e pan sen glute	**14** Pasta S/Gluten S/Huevo al Gratén con Atún Pasta S/Glute S/Ovo ao Gratén con Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**15** Paella de Verduras y Marisco Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Lomo de Jurel al Horno Lombo de Xurelo ao Forno Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**19** Pasta S/Gluten S/Huevo Napolitana Pasta S/Glute S/Ovo Napolitana Magro de Cerdo con Tomate Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Arroz con Bacalao Arroz con Bacallau Yogur y Pan S/Gluten Iogur e pan sen glute	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos Potaxe de Fabas e Garvanzos Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute	**22** Sopa de Cocido Gallego (Fideos S/Gluten S/Huevo) Sopa de Cocido Galego (Fideos S/Glute S/Ovo) Repollo, Garbanzos, Chorizo, Pollo y Patata Repolo, Garavanzos, Chourizo, Pito e Pataca Fruta de Temporada y Pan S/Gluten Froita de Tempada e pan sen glute
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN
FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.
REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Sin Lactosa - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Chorizo Xudías Pintas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada Froita de Tempada
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada Froita de Tempada	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada Froita de Tempada	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso Pito en Salsa Yogur de Soja iogur de soia	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Pavo Asado Pavo ao Forno Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada Froita de Tempada	**8** Lentejas Estofadas Lentellas Estofadas Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada Froita de Tempada
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo Ragout de Pavo Arroz INTEGRAL Salteado Arroz INTEGRAL Salteado Fruta de Temporada Froita de Tempada	**12** Caldo Gallego Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada Froita de Tempada	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado Patacas Dado Yogur de Soja iogur de soia	**14** Coditos con Tomate y Atún Coditos con Tomate e Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada Froita de Tempada	**15** Paella de Verduras y Marisco Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada Froita de Tempada
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Boquerones a la Andaluza Boquerones á Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada Froita de Tempada	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana Macarrones INTEGRAIS Napolitana Magro de Cerdo con Tomate Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada Froita de Tempada	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Arroz con Bacalao Arroz con Bacallau Yogur de Soja iogur de soia	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos (Sin Chorizo) Potaxe de Fabas e Garvanzos sen Chourizo Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada Froita de Tempada	**22** Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo) Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo) Repollo, Garbanzos, Pollo y Patata (sin Chorizo) Repolo, Garavanzos, Pito e Pataca (sen Chourizo) Fruta de Temporada Froita de Tempada
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterráneo

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO . PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Sin Lentejas - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Chorizo Xudías Pintas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso Pito en Salsa Yogur y Pan Iogur e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Croquetas de Jamón Croquetas de Xamón Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**8** Arroz con Verduras Arroz con Verduras Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo Ragout de Pavo Arroz INTEGRAL Salteado Arroz INTEGRAL Salteado Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado Patacas Dado Yogur y Pan Iogur e Pan	**14** Coditos al Gratén con Atún Coditos ao Gratén con Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**15** Paella de Verduras y Marisco Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Boquerones a la Andaluza Boquerones á Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana Macarrones INTEGRAIS Napolitana Magro de Cerdo con Tomate Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Arroz con Bacalao Arroz con Bacallau Yogur y Pan Iogur e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos Potaxe de Fabas e Garvanzos Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa de Cocido Gallego Sopa de Cocido Galego Repollo, Garbanzos, Chorizo, Pollo y Patata Repolo, Garavanzos, Chourizo, Pito e Pataca Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Sin Carne - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Verduras Fabas brancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Merluza en Ajada Pescada en con Allo e Pemento Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Menestra de Verduras Minestra de Verduras Patata Horno Pataca Asada Yogur y Pan Iogur e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**8** Lentejas Estofadas Lentellas Estofadas Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Arroz con Verduras Arroz con Verduras Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego Vegetal (sin Tocino) Caldo Galego (sen Touciño) Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Tortilla Francesa de Calabacín Tortilla Francesa de Cabaciña Patatas Dado Patacas Dado Yogur y Pan Iogur e Pan	**14** Coditos al Gratén con Atún Coditos ao Gratén con Atún Merluza al Horno Pescada ao Forno Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**15** Paella de Verduras y Marisco Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Boquerones a la Andaluza Boquerones á Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana Macarrones INTEGRAIS Napolitana Tortilla Francesa Tortilla Francesa Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Arroz con Bacalao Arroz con Bacallau Yogur y Pan Iogur e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos (Sin Chorizo) Potaxe de Fabas e Garvanzos sen Chourizo Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa Vegetal Sopa de Fideos Vexetal Repollo, Garbanzos y Patata Repolo, Garavanzos e Pataca Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO . PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Diabetes 6 raciones - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Verduras (sin Patata) 165g de Alubias 3R de HC Fabas brancas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada 35 g de Patata 1 R de HC Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate 157,5g de Pasta 50g de Tomate 4R de HC Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos (sin Patata) 192,5 g de Garbanzos 3,5R de HC Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados 100g de zanahoria 0,5 R de HC Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO 150g de Calabacín 162,5 g de Patata 3 R de HC Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso 65g de Patata 1 R de HC Pito en Salsa Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) 200g de Zanahoria 1 R de HC Salteado de Verduras Pavo Asado Pavo ao Forno Arroz Pilaf 76g 2R de HC Arroz Pilaf Fruta de Temporada y Pan 3R de HC Froita de Tempada e Pan	**8** Lentejas Estofadas (sin Patata) 150g de Lentejas 3 R de HC Lentellas Estofadas Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera 35g Patata Asada 1R de HC Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras (sin Patata) 165g de Garbanzos 3 R de HC Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo (sin Patata) Ragout de Pavo (sen Pataca) Arroz INTEGRAL Salteado 40g de Arroz INTEGRAL 1R de HC Arroz INTEGRAL Salteado Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego (sin tocino) 137,5g de Alubias blancas y 32,5g de Patata cocida 3R de HC Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan 3R de HC Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza 200gr de Calabaza y 130gr de Patata 3Rde HC Crema de Cabaza Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado 30g de Patata Dado Frita 1R de HC Patacas Dado en Guiso Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**14** Coditos al Gratén con Atún 135g de Pasta 50g de Tomate 3,5 R de HC Coditos ao Gratén con Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby 100g de Zanahoria 0,5 R de HC Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**15** Paella de Verduras y Marisco 152g de Arroz 4 R de HC Paella de Verduras e Marisco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO 97,5g de Patata Cocida, 100g de Zanahoria 2R de HC Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Pescada ao Forno Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan 4R de HC Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana 112,5g de Pasta INTEGRAL y 50g de Tomate Frito 3R de HC Macarrones INTEGRAIS Napolitana Magro de Cerdo con Tomate 50g de Tomate 0,5 R de HC Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados 50g de Guisantes 0,5R de HC Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor Ajoarriero (sin patata) 150g de Coliflor 0,5R de HC Coliflor Ajoarriero (sen Pataca) Arroz con Bacalao 133g de Arroz 3,5R de HC Arroz con Bacallau Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos (sin Chorizo) 137g de Legumbre y 32,5g de Patata Cocida 3R de HC Potaxe de Fabas e Garvanzos Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan 3R de HC Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa de Cocido Gallego 45g de Pasta 1 R de HC Sopa de Cocido Galego Repollo, Garbanzos, Pollo y Patata (sin Chorizo) 110g de Garbanzos 65g de Patata 3 R de HC Repolo, Garavanzos, Pito e Pataca (sen Chourizo) Fruta de Temporada y Pan 2R de HC Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Rica en Fibra (No arroz) - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Chorizo Xudías Pintas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Pescada ao Forno Patata Asada Pataca Asada Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Macarrones INTEGRAIS con Tomate Tortilla Francesa de Atún Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos Potaxe de Garavanzos Cinta de Lomo Adobada Cinta de Lombo Adobado Zanahoria y Calabacín Salteados Cenoria e Cabaciña Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO Crema de Cabaciña ECO Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso Pito en Salsa Yogur y Pan Iogur e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) Salteado de Verduras Croquetas de Jamón Croquetas de Xamón Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**8** Lentejas Estofadas Lentellas Estofadas Filete de Lirio en Salsa Filete de Lirio en Salsa Patatas Panadera Patacas Panadeira Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras Garvanzos Estofados con Verduras Ragout de Pavo Ragout de Pavo Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego Caldo Galego Bacaladilla al Horno Bacaladilla ao Forno Jardinera de Verduras Xardineira de Verduras Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza ECO Crema de Cabaza ECO Filete Ruso Filete Ruso Patatas Dado Patacas Dado Yogur y Pan Iogur e Pan	**14** Coditos al Gratén con Atún Coditos ao Gratén con Atún Pollo al Ajillo Pito ao Allo Zanahorias Baby Cenorias Baby Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**15** Judías Verdes Rehogadas con Ajo Xudías Verdes Rehogadas con Allo Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Ensalada de Leituga e Cenoria Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO Crema de Verduras ECO Boquerones a la Andaluza Boquerones á Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Ensalada de Leituga e Millo Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana Macarrones INTEGRAIS Napolitana Magro de Cerdo con Tomate Magro de Porco con Tomate Guisantes Salteados Chícharos Salteados Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor Ajoarriero Coliflor Ajoarriero Bacalao en Salsa Bacallau en Salsa Patata Cocida Pataca Cocida Yogur y Pan Iogur e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos Potaxe de Fabas e Garvanzos Tortilla de Patata Tortilla de Pataca Ensalada de Lechuga y Tomate Ensalada de Leituga e Tomate Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa de Cocido Gallego Sopa de Cocido Galego Repollo, Garbanzos, Chorizo, Pollo y Patata Repolo, Garavanzos, Chourizo, Pito e Pataca Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

MENÚ MARZO 2024 GALICIA

Sin Sal - . - CPI Plurilingüe Alfonso VII

Lunes - Luns	Martes - Martes	Miercoles - Mércores	Jueves - Xoves	Viernes - Venres
				1 Alubias Blancas Estofadas con Verduras sin Sal Fabas brancas Estofadas con Verduras sen Sal Merluza al Horno sin Sal Pescada ao Forno sen Sal Patata Asada sin Sal Pataca Asada sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
4 Macarrones INTEGRALES con Tomate Casero sin Sal Macarrones INTEGRAIS con Tomate Caseiro sen Sal Tortilla Francesa Casera sin Sal Tortilla Francesa Caseira sen Sal Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**5** Potaje de Garbanzos sin Sal Potaxe de Garavanzos sen Sal Cinta de Lomo al Horno sin Sal Cinta de Lombo ao Forno sen Sal Zanahoria y Calabacín Salteados sin Sal Cenoria e Cabaciña Salteados sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**6** Crema de Calabacín ECO sin Sal Crema de Cabaciña ECO sen Sal Pollo en Pepitoria con Patatas en Guiso sin Sal Pito en Salsa sen Sal Yogur y Pan Iogur e Pan	**7** Salteado de Verduras (Zanahoria, Brócoli, Puerro) sin Sal Salteado de Verduras sen Sal Pavo Asado sin Sal Pavo ao Forno sen Sal Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal Ensalada de Leituga e Millo sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**8** Lentejas Estofadas con Verduras (Sin Tomate Frito, sin Sal) Lentellas Estofadas con Verduras (sen tomate frito, sen Sal) Filete de Lirio en Salsa sin Sal Filete de Lirio en Salsa sen Sal Patatas Panadera sin Sal Patacas Panadeira sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
11 Garbanzos Estofados con Verduras sin Sal Garvanzos Estofados con Verduras sen Sal Ragout de Pavo sin Sal Ragout de Pavo sen Sal Arroz INTEGRAL Salteado sin Sal Arroz INTEGRAL Salteado sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**12** Caldo Gallego sin Tocino, sin Sal Caldo Galego sen Touciño e Sal Bacaladilla al Horno sin Sal Bacaladilla ao Forno sen Sal Jardinera de Verduras sin Sal Xardineira de Verduras sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**13** Crema de Calabaza ECO sin Sal Crema de Cabaza ECO sen Sal Cinta de Lomo al Horno sin Sal Cinta de Lombo ao Forno sen Sal Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal Ensalada de Leituga e Millo sen Sal Yogur y Pan Iogur e Pan	**14** Coditos con Verduras sin Sal Pasta con Verduras sen Sal Pollo al Ajillo sin Sal Pito ao Allo sen Sal Zanahorias Baby sin Sal Cenorias Baby sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**15** Paella de Verduras sin Sal Paella de Verduras sen Sal Tortilla Francesa Casera sin Sal Tortilla Francesa Caseira sen Sal Ensalada de Lechuga y Zanahoria sin Sal Ensalada de Leituga e Cenoria sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
18 Crema de Verduras ECO sin Sal Crema de Verduras ECO sen Sal Merluza al Horno sin Sal Pescada ao Forno sen Sal Ensalada de Lechuga y Maíz sin Sal Ensalada de Leituga e Millo sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**19** Macarrones INTEGRALES Napolitana (Con Tomate Casero sin Sal) Macarrones INTEGRAIS Napolitana con Tomate Caseiro sen Sal Magro de Cerdo con Tomate Casero sin Sal Magro de Porco con Tomate Caseiro sen Sal Guisantes Salteados sin Sal Chícharos Salteados sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**20** Coliflor en Ajada sin Sal Coliflor en Ajada sen Sal Arroz con Bacalao sin Sal Arroz con Bacallau sen Sal Yogur y Pan Iogur e Pan	**21** Potaje de Alubias y Garbanzos sin Chorizo ni Sal Potaxe de Fabas e Garvanzos sen Chourizo nin Sal Tortilla Francesa Casera sin Sal Tortilla Francesa Caseira sen Sal Ensalada de Lechuga y Tomate sin Sal Ensalada de Leituga e Tomate sen Sal Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan	**22** Sopa de Cocido Gallego (sin Chorizo ni Sal) Sopa de Cocido Galego (sen Chourizo nin Sal) Repollo, Garbanzos, Pollo y Patata (sin Chorizo ni Sal) Repolo, Garavanzos, Pito e Pataca (sen Chourizo nin Sal) Fruta de Temporada y Pan Froita de Tempada e Pan
25 **Festivo** **Festivo**	**26** **Festivo** **Festivo**	**27** **Festivo** **Festivo**	**28** **Festivo** **Festivo**	**29** **Festivo** **Festivo**

mediterránea

NO SE AÑADIRÁ SAL EN LA ELABORACIÓN DE LOS PLATOS. FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ