



SAN FRANCISCO DE ASIS - MARZO 2023

Lunes  
Monday

Tuesday  
Martes

Wednesday  
Miércoles

Thursday  
Jueves

A

Friday  
Viernes



**06/03/2023**  
Paella de verduras  
Paella with vegetables  
Varitas de merluza con ensalada  
Sticks of hake and salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 115 Prot. 18 Lip. 20 Kcal. 729

**07/03/2023**  
Lentejas estofadas  
Lentils with sausage  
Pollo asado con ensalada  
Roast chicken with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 70 Prot. 37 Lip. 21 Kcal. 633

**08/03/2023**  
Crema Dubarry (coliflor)  
Cream of cauliflower  
Librillos de jamón y queso  
Booklets of ham and cheese  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 63 Prot. 32 Lip. 22 Kcal. 590

**09/03/2023**  
Alubias blancas con verduras  
Beans with vegetables  
Tortilla española con ensalada  
Spanish omelette with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 86,3 Prot. 20,3 Lip. 19,2 Kcal. 642

**10/03/2023**  
Macarrones con tomate  
Macaroni with tomato  
Bacalao al horno con verduras  
Codfish with vegetables  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 91 Prot. 31 Lip. 16 Kcal. 641

**13/03/2023**  
Judías verdes con huevo y tomate  
Green beans with eggs and tomato  
Sajonia a la plancha con champiñón  
Saxony with mushrooms  
Fruta en su jugo  
Fruit in its juice  
Hid. 62 Prot. 27 Lip. 20 Kcal. 558

**14/03/2023**  
Alubias pintas estofadas con verduras  
Pinto stewed beans with vegetables  
Merluza a la romana con ensalada  
Roman hake with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 74 Prot. 28 Lip. 17 Kcal. 590

**15/03/2023**  
Patatas a la riojana  
Potatoes riojana style  
Pechuga de pollo con ensalada  
Bread breast of chicken with salad  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 73 Prot. 38 Lip. 21 Kcal. 642

**16/03/2023**  
Coditos con atún  
Coditos with tuna  
Albóndigas en salsa verde  
Meatballs in green sauce  
Fruta  
Fruit  
Hid. 92 Prot. 35 Lip. 27 Kcal. 769

**17/03/2023**  
Lentejas con verdura  
Lentils with vegetables  
Tortilla española con ensalada  
Sole with salad  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 89 Prot. 26 Lip. 23 Kcal. 705

**20/03/2023**  
Puré de calabacín  
Courgette puree  
Filete de lenguado con ensalada  
Sole with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 64 Prot. 24 Lip. 12 Kcal. 471

**21/03/2023**  
Coditos con pisto  
Coditos with ratatouille  
Salchichas con ensalada  
Sausages with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 98,6 Prot. 26,2 Lip. 23,3 Kcal. 726

**22/03/2023**  
Garbanzos estofados  
Chickpeas stew  
Roti de pavo al horno con verduras  
Roast roti turkey with vegetables  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 94,2 Prot. 34,3 Lip. 18 Kcal. 698

**23/03/2023**  
Arroz con tomate  
Tomato rice  
Lomo adobado con ensalada  
Prepared loin with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 87 Prot. 29 Lip. 19 Kcal. 642

**24/03/2023**  
Alubias a la jardinera  
Beans with vegetables  
Merluza a la romana con ensalada  
Roman hake with salad  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 76 Prot. 34 Lip. 21 Kcal. 655

**27/03/2023**  
Lentejas estofadas con calabaza  
Lentils with pumpkin  
Pechuga a la plancha y ensalada  
Breast of chicken with salad  
Fruta en su jugo  
Fruit in its juice  
Hid. 72 Prot. 36 Lip. 13 Kcal. 572

**28/03/2023**  
Judías verdes con bacon y cebolla  
Green beans with bacon and onion  
Hamburguesa con ensalada  
Hamburguer with salad  
Fruta  
Fruit  
Hid. 62 Prot. 25 Lip. 35 Kcal. 688

**29/03/2023**  
Macarrones con tomate  
Macaroni with tomato  
Filete de lenguado con ensalada  
Sole with salad  
Lácteo  
Lacteal  
Hid. 85 Prot. 32,4 Lip. 16 Kcal. 621

**30/03/2023**  
VACACIONES  
SEMANA SANTA

(Puede haber cambios en el menú por motivo de suministro de materias primas)