

MES: Marzo 2023

FOMENTO TORREVELO - PEÑALABRA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

		<p>1 Garbanzos estofados o Gratén de coliflor con bechamel Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate o Pimientos rellenos de bacalao Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>2 Sopa de estrellas o Menestra de verduras salteadas Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y tomate o Lomo fresco a la plancha con patatas fritas Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>3 Judías verdes salteadas o Alcachofas salteadas Albóndigas de merluza y pota en salsa con pimientos o Huevos fritos con patatas fritas Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>6 Crema de verduras o Judías verdes salteadas Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor o Salmón a la plancha Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>7 Alubias pintas estofadas o Menestra de verdura salteada con jamón Tortilla francesa con champiñones o Filete de cerdo en salsa con champiñones Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>8 Macarrones con boloñesa de chorizo o Salteado de espinacas con patatas Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate o Costillas asadas con salsa barbacoa Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>9 Salteado de guisantes con jamón o Sopa castellana Escalope de cerdo con patatas al vapor o Bacalao al horno con pimientos Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>10 Lentejas estofadas con verduras o Repollo salteado Lomo de caella al horno con patatas panaderas o Gratén de huevos Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>13 Arroz tres delicias o Crema de mariscos Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate o Filete de perca a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>14 Patatas a la riojana o Brócoli salteado Merluza a la romana con guisantes o Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>15 Sopa de estrellas o Cocido montañés Albóndigas en salsa con patatas dado o Caella en salsa con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>16 Potaje de garbanzos o Judías verdes salteadas Estofado de ternera a la jardinera o Croquetas de jamón Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>17 Crema de zanahoria o Patatas a la importancia Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate o Huevos fritos con patatas fritas Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>20 Guisantes salteados o Menestra de verduras salteadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate o Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>21 Lentejas estofadas con chorizo o Verduras salteadas Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate o Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>22 Crema de calabacín o Arroz con salchichas Libritos de jamón y queso con patatas al vapor o Rape al horno con tomate al horno Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>23 Espaguetis a la boloñesa o Periñaca Pollo al chilindrón con pimientos o Lasaña Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>24 Alubias estofadas con verduras o Coliflor salteada Bacalao en salsa de pimientos rojos o Huevos rellenos de atún Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>27 Porrusalda o Judías verdes salteadas Hamburguesa de ternera con salsa de tomate o Merluza a la romana Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>28 Garbanzos estofados o Crema de calabacín Lomo de caella al horno con patatas panaderas o Filete de ternera con champiñones Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>29 Sopa de pollo con fideos o Arroz blanco con salsa de tomate Chuleta de Sajonia con patatas o Pescado a la plancha Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>30 Alubias pintas estofadas o Salteado campestre Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate o Alitas de pollo Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>31 Crema de verduras o Espirales con salsa de queso Medallón de merluza al horno con pimientos o Empanadillas de atún con pimientos Fruta o Postre lácteo y pan</p>