

MENÚ COMEDOR - MARZO 2023

Postres:

- Lunes, miércoles, jueves y viernes: fruta natural.
- Martes: yogur. Día de la fruta en Educación Infantil.
- Excepcionalmente: cóctel de frutas

DESSERTS: We alternate fresh seasonal fruit with dairy products, fruit in syrup and homemade desserts.

Tuesdays: fruit day in pre-school.



**Lunes 6
Monday 6th**

Crema de espinacas
Cream of spinach
Arroz a la cubana
Rice with tomato, chips & egg



**Martes 7
Tuesday 7th**

Espagueti boloñesa
Spaghetti bolognese
Churros de pescado con ensalada
Hake fish fingers with salad



**Miércoles 1
Wednesday 1st**

Crema de zanahorias
Thick carrot soup
Estofado de pollo con cuscús
Chicken stew with couscous



**Jueves 2
Thursday 2nd**

Sopa de fideos
Noodle soup
Atún en aceite con papas
guisadas
Tuna in oil with boiled potatoes



**Viernes 3
Friday 3rd**

Lentejas compuestas
Lentil soup
Empanadillas de carne al horno
con ensalada
Roasted meat patties with salad



**Jueves 9
Thursday 9th**

Sopa de pepitas de melón
Albóndigas de merluza con puré
Hake meatballs
with mashed potatoes



**Viernes 10
Friday 10th**

Potaje de berros
Thick watercress soup
Bistec ruso fresco con tomate y maíz
Fresh breaded hamburger with
tomato and corn



**Lunes 13
Monday 13th**

Rancho de fideos
Canarian chick-pea soup
with noodles
Caballas en aceite con ensalada



**Martes 14
Tuesday 14th**

Potaje de lentejas
Cream of lentils
Tortilla española con tomate
Spanish omelette with tomato



**Miércoles 15
Wednesday 15th**

Farfalle con tomate
Farfalle with tomato
Jamoncitos de pollo con
menestra
Chicken with vegetables



**Jueves 16
Thursday 16th**

Judías blancas
White beans
Pizzas caseras
Homemade pizzas



**Viernes 17
Friday 17th**

Crema de acelgas
Cream of spinach beet
Filete de merluza al horno con
ensalada
Roasted hake steak with salad



**Lunes 20
Monday 20th**

Pasta italiana con tomate
Italian pasta with tomato
Croquetas caseras de pollo con lechugas
Homemade chicken croquettes
with lettuce



**Martes 21
Tuesday 21st**

Crema de verduras
Thick vegetable soup
Huevos con salchichas
Eggs with sausages



**Miércoles 22
Wednesday 22nd**

Sopa de estrellas
(Star) Noodle soup
Garbanzas con arroz blanco
Chick-peas with boiled rice



**Jueves 23
Thursday 23rd**

Puré de espinacas
Cream of spinach
Calamares en salsa con papas
guisadas
Hake in sauce with boiled potatoes



**Viernes 24
Friday 24th**

Lentejas compuestas
Lentil soup
Hamburguesa casera de pollo
a la plancha
Grilled homemade chicken
hamburger



**Lunes 27
Monday 27th**

Sopa de pescado
Fish soup
Lomo al horno con naranjas
Roasted pork with orange



**Martes 28
Tuesday 28th**

Crema de calabaza
Thick pumpkin soup
Frijoles con arroz
Red beans with rice



**Miércoles 29
Wednesday 29th**

Potaje de puerro y calabacín
Leek and courgette soup
Merluza rebozada con papas
barqueras
Breaded hake with potatoes



**Jueves 30
Thursday 30th**

Macarrones con tomate
Maccaroni with tomato
Huevos rotos con jamón
"Huevos rotos"(eggs with ham)



**Viernes 31
Friday 31st**

Sopa de ave y ternera
Chicken and veal soup
Garbanzas con rape
Chick-peas with fish