

# MENÚ NO PESCADO - NO MARISCO - NO LÁCTEOS MARZO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 ----- Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas.	2 Arroz blanco con pimientos, zanahoria y cebolla. -----	3 ----- Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria. ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
6 Espaguetis con tomate frito casero <b>(sin atún).</b> -----	7 -----	8 ----- Pechuga de pavo a la plancha con calabaza salteada.	9 -----	10 ----- Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas. ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
13 Sopa de ave con estrellitas. -----	14 ----- Burger meat mix al horno con zanahoria salteada.	15 ----- Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz.	16 -----	17 ----- Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz. ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
20 -----	21 -----	22 ----- Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria.	23 -----	24 ----- Pechuga de pavo a la plancha con calabaza salteada. ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
27 ----- Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.	28 -----	29 Arroz blanco con pimientos, zanahoria y cebolla. ----- Tortilla de patata con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz.	30 -----	31 Espaguetis con tomate frito casero <b>(sin queso).</b> ----- Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria. ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>