

Día 6 de Marzo

MIÉRCOLES DE CENIZA

Por eso cuando recibamos la ceniza, tenemos que pensar en estos 40 días de la Cuaresma **qué cosas tenemos que mejorar en nuestra vida**, qué comportamientos o actitudes tenemos que quemar para que desaparezcan.



Día 19 de Marzo



Celebramos el día del Padre  
José Gras

Su ideal fue el reinado de Cristo en el mundo y su lema para conseguirlo fue «Hacer el bien»

## Menú MARZO 2019

# CRISTO REINA

		5	6	7	8
	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda	Lechuga, tomate, lombarda, maíz	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	Lechuga, tomate, lombarda, olivas	
	<b>Sopa de ave con fideos</b> (de ave y cerdo con huevo)	<b>Tallarines con tomate y calabacín</b>	<b>Crema de zanahoria</b>	<b>Arroz con pescado</b> (con merluza, calamar y gamba)	
	<b>Salchichas de pollo con tomate</b>	<b>Merluza en salsa mery</b> (al homo con ajo y perejil)	<b>Muslo de pollo al limón</b> (al horno)	<b>Tortilla española</b> (con patata y cebolla)	
	Yogur	Fruta	Petit suisse	Fruta	
	CENA: Coliflor al vapor y brocheta de pescado. Fruta	CENA: Menebra de verduras y tortilla francesa. Fruta	CENA: Escalivada y pescado blanco en salsa. Fruta	CENA: Ensalada variada y salteado de pavo. Fruta	
11	Lechuga, tomate, zanahoria, olivas	12 Lechuga, tomate, maíz, zanahoria	13 Lechuga, tomate, lombarda, olivas con vinagreta de fresa	14 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	15 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda
	<b>Crema de calabacín con queso</b>	<b>Lentejas con verduras</b>	<b>Fideos a la cazuela con magro</b>	<b>Macarrones gratinados</b> (con tomate y queso)	<b>Arroz con verduras</b>
	<b>Lomo adobado en salsa</b> (al homo con salsa de hortalizas)	<b>Bacalao rebozado</b>	<b>Tortilla de patata y calabacín</b>	<b>San Jacobo</b> (fiambre de york y queso rebozado)	<b>Merluza con tomate</b> (al horno)
	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	CENA: Verduras asadas y pescado azul a la plancha. Fruta	CENA: Ensalada de tomate y ternera a la plancha. Fruta	CENA: Hervido valenciano y pescado blanco al limón. Fruta	CENA: Brócoli al vapor y calamares en salsa. Fruta	CENA: Espinacas a la crema y revuelto de berenjena. Fruta
18	Lechuga, tomate, zanahoria, olivas	19 Lechuga, tomate, lombarda, maíz	20 Lechuga, tomate, lombarda, zanahoria	21 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	22 Lechuga, tomate, lombarda, olivas
	<b>Sopa de ave con estrellitas</b> (con carne de gallina, garbanzos y huevo)	<b>Garbanzos a la castellana</b> (con chorizo y hueso de jamón)	<b>Espaguetis napolitana</b> (con tomate y hortalizas)	<b>Alubias a la jardinera</b> (con hortalizas)	<b>Arroz con tomate</b>
	<b>Salchichas con pisto</b> (carne de cerdo al homo con tomate y hortalizas)	<b>Pechuga de pollo empanada con ketchup</b>	<b>Merluza a la gallega con guisantes</b> (al homo con salsa de hortalizas)	<b>Tortilla de patata</b>	<b>Bocaditos de rosada</b>
	Fruta	Yogur	Fruta	Actimel de fresa	Fruta
	CENA: Parrillada de verduras y pescado azul al caldo corto. Fruta	CENA: Acelgas a la catalana y sepia en salsa. Fruta	CENA: Champiñón salteado y muslo de pollo asado. Fruta	CENA: Ensalada mixta y pescado blanco al ajillo. Fruta	CENA: Guisantes salteados y tortilla paisana. Fruta
25	Lechuga, tomate, zanahoria, olivas	26 Lechuga, tomate, lombarda, maíz	27 Lechuga, tomate, lombarda, zanahoria	28 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	29 Lechuga, tomate, maíz, olivas
	<b>Lentejas de la abuela</b> (con chorizo y hueso de jamón)	<b>Tornillos salteados con hortalizas</b>	<b>Crema de verduras naturales</b>	<b>Sopa de pescado con letras</b> (con merluza, calamar y gamba)	<b>Arroz con verduras</b>
	<b>Delicias de calamar</b>	<b>Hamburguesa de ave lionesa</b> (al homo con salsa de cebolla)	<b>Pizza IRCO</b> (con fiambre de york, tomate y queso)	<b>Muslo de pollo rustido con judías verdes</b>	<b>Tortilla francesa con loncha de queso</b>
	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	CENA: Puré de verduras y revuelto de ajetes. Fruta	CENA: Verduras rehogadas y pescado azul al vapor. Fruta	CENA: Ensalada verde y rollito de ternera. Fruta	CENA: Acelgas a la catalana y sepia a la plancha. Fruta	CENA: Sopa de ave y pescado blanco a la naranja. Fruta