

COLEGIO MIRALMONTE

MARZO 2025

SIN HEUVO+CARNE DE AVE

3 FESTIVO	04-mar	05-mar	06-mar
	Pan de ajo con queso gratinado	Ensalada	Ensalada con fruta
	Crema de verduras de temporada	Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa de calabaza gratinados	Alubias blancas de la abuela
	Magro en salsa	Bacalao encebollado	Lomo asado con patatas
	Fruta	Yogur	Naranja
10-mar	11-mar	12-mar	13-ene
Ensalada con naranja y remolacha	Ensalada con queso fresco	Ensalada	Ensalada
Lentejas con verduras	Crema de calabacín y zanahoria ECO con picatostes caseros integrales	Guisado de patata, verdura y ternera	Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja)
Pechuga de pollo con patatas al horno	Lomo al horno con arroz basmati	Merluza al horno con salsa de tomate	Hamburguesa completa (con pan casero)
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur
17-mar	18-mar	19 FESTIVO	20-mar
Ensalada	Ensalada con fruta		Murciana de tomate, atún y aceitunas
Crema suave de col y manzana	Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) a la genovesa (champiñón, bacon y tomate)		Potaje de garbanzos con espinacas
Lomo adobado con cebollita pochada y queso	Zarangollo (con calabacín ECO)		Sandwich Club sin mayonesa (con york)
Fruta	Fruta		Fruta
24-mar	25-mar	26-mar	27 Jornada Gastronómica
Ensalada con fruta	Ensalada	Ensalada	Som Tam (Ensalada con fruta)
Fideuá de carne con fideo fino (sin gluten/huevo/mostaza/soja)	Crema bretona (alubias, puerro)	Sopa de fideos (sin gluten/huevo/mostaza/soja)	Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa de verduras
Tosta con tomate y atún	Cabeza de lomo rustida al horno en salsa con mazorca de maíz	Merluza en salsa verde con patatas al horno	Magro en salsa
Fruta	Fruta	Fruta	Macedonia de frutas casera
31-mar			
Ensalada			
Crema de calabaza			
Paella de verduras			
Fruta			



7 Día Mundial de los Cereales
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Ensaladilla rusa (sin mahonesa ni huevo)
Arroz a banda
Fruta
14-mar
Ensalada
Espaguetis (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con atún y tomate
Wok vegetal con taquitos de queso fresco
Fruta
Semana mundial del cerebro
Ensalada
Arroz con tomate
Salmón al horno con teja de queso
Vasito de yogur artesano con fresas
28-mar
Ensalada
Lentejas a la jardinera
Bacalao enharinado casero
Naranja