



## MENÚ SIN CARNE MARZO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
	Espirales con salsa pasta,tomate triturado,cebolla..... Filete de mero mero, aceite oliva..... Ensalada Yogur o fruta	Estofado de alubias alubias,patatas,cebolla,pimientos..... Rosada con verduras rosada,cebolla..... Ensalada Fruta del tiempo	Sopa de arroz arroz,zanahoria,cebolla..... Tortilla patatas huevo,patatas..... Ensalada Fruta del tiempo	Crema de calabacin con queso patatas,calabacin,cebolla..... Filete de merluza merluza,aceite oliva..... Ensalada Yogur de frutas
10	11	12	13	14
Cazuela de rape fideos,rape,patatas,cebolla,pimientos..... Filete de mero mero aceite oliva..... Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de hortalizas arroz,tomate triturado,cebolla,pimientos..... Merluza al horno merluza,cebolla..... Ensalada Yogur o fruta	Lentejas con patatas lentejas,patatas,cebolla,pimientos..... Filete de merluza merluza, aceite de oliva..... Ensalada Fruta del tiempo	Coditos con salsa de tomate pasta,tomate triturado,cebolla..... Tortilla calabacin huevo,calavacin..... Ensalada Fruta del tiempo	Guisillo de hortalizas patatas,cebolla,tomate..... Mero al horno mero,cebolla..... Ensalada Yogur de frutas
17	18	19	20	21
Estofado de alubias alubias,patatas,cebolla,pimientos..... Salmón al horno Salmón,citricos,ajo..... Ensalada Fruta del tiempo	Macarrones con salsa de tomate pasta,tomate triturado,cebolla..... Merluza con patatas merluza,cebolla..... Ensalada Yogur o fruta	Gurulllos con jibia gurulllos,jibia,cebolla,tomate..... Tortilla patatas huevo,patatas..... Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de tomate arroz,tomate triturado,cebolla..... Filete de mero mero, aceite de oliva Ensalada Fruta del tiempo	Cocido de garbanzos garbanzos,patatas,puerro,apio..... Merluza al horno merluza,cebolla..... Ensalada Yogur de frutas
24	25	26	27	28
Lentejas con patatas lentejas,patatas,cebolla,pimientos..... Filete de merluza merluza, aceite de oliva..... Ensalada Fruta del tiempo	Arroz con salsa de hortalizas arroz,tomate triturado,cebolla,pimientos..... Mero al horno mero,cebolla..... Ensalada Yogur o fruta	Cazuela de pescado fideos,rape,patatas,cebolla,pimientos..... Tortilla de patatas huevo,patatas..... Ensalada Fruta del tiempo	Estofado de alubias alubias,patatas..... Merluza con verduras merluza, zanahorias..... Ensalada Fruta del tiempo	Espirales con salsa pasta,tomate triturado,cebolla..... Tortilla calabacin huevo,calabacin..... Ensalada Yogur de frutas
31				
Cocido de garbanzos garbanzos,patatas,puerro,apio..... Filete de merluza merluza,aceite..... Ensalada Fruta del tiempo				

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN, NUESTRA EMPRESA DISPONE DE CARTA DE ALERGENOS (REGLAMENTO CE 1169/2011) PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON SU CENTRO O POR CORREO ELECTRONICO [cateringmarazul@gmail.com](mailto:cateringmarazul@gmail.com)  
 LOS MENÚS PUEDEN SUFRIR CAMBIOS POR ROTURA DE STOCK, SUSTITUYENDO EL PLATO POR OTRO SIMILAR.  
 NUESTRAS ENSALADAS TENDRAN COMO INGREDIENTES LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA RALLADA, ESPÁRRAGOS, ACEITUNAS ..... ROTANDO ENTRE ELLOS PARA INTENTAR CAPTAR EL INTERES DE LOS PEQUES  
 NUESTRA FRUTA DEL TIEMPO: PLATANO O BANANA, MANZANAS VERDES O ROJAS, PERAS, MANDARINAS .....