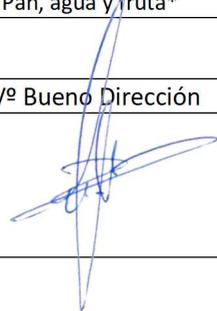


## MENÚ BASAL DE INVIERNO (MARZO)

					01 Viernes
1ª					Ensalada variada Paella mixta Pan, agua y postre lácteo
2ª	04 Lunes	05 Martes	06 Miércoles	07 Jueves	08 Viernes
	Puchero andaluz Pescado en salsa de verdura Pan, agua y fruta*	Ensalada malagueña Guiso de pavo Pan, agua y fruta*	Ensalada Cesar Tallarines tres delicias Pan, agua y fruta*	Ensalada mixta Cazuela de fideos Pan, agua y fruta*	Ensalada variada Migas Pan, agua y postre lácteo
3ª	11 Lunes	12 Martes	13 Miércoles	14 Jueves	15 Viernes
	Ensalada mixta Lentejas Pan, agua y fruta*	Crema de verdura Lomo al horno en salsa Pan, agua y fruta*	Ensalada de miel, mostaza y frutos secos Croquetas y patatas Pan, agua y fruta*	Ensalada variada Macarrones boloñesa Pan, agua y fruta*	Tortilla de patatas Salchichas con cebolla Pan, agua y postre lácteo
4ª	18 Lunes	19 Martes	20 Miércoles	21 Jueves	22 Viernes
	Potaje de habichuelas Ensalada mixta Pan, agua y fruta*	Crema de verdura Calamares fritos con ensalada de pimientos asados Pan, agua y fruta*	Ensalada mixta Macarrones marinera Pan, agua y fruta*	Ensalada variada Berza malagueña Pan, agua y fruta*	Ensalada mixta Fideuá Pan, agua y postre lácteo
5ª	25 Lunes	26 Martes	27 Miércoles	28 Jueves	29 Viernes
	Salpicón de marisco Lentejas estofadas Pan, agua y fruta*	Gazpachuelo Magro con tomate Pan, agua y fruta*	Crema de verdura Arroz tailandés Pan, agua y fruta*	<b>FESTIVO</b> Pan, agua y fruta*	<b>FESTIVO</b> Pan, agua y postre lácteo

Fdo. Dietista - Nutricionista José González Tello (Col. And-203)	Vº Bueno Dirección
GONZALEZ TELLO JOSE - 26044576C <small>Firmado digitalmente por GONZALEZ TELLO JOSE - 26044576C Fecha: 2019.05.23 20:46:22 +02'00'</small>	

- ✓ Todos los días se dispondrá de pan blanco e integral.
- ✓ (\*) Fruta: de temporada y cercanía
- ✓ Consejo del mes: "Toma cada día un pequeño puñado (30 g) de frutos secos sin sal, naturales o tostados, nunca fritos. Ayudan a regular tu organismo y te aportan nutrientes de gran calidad"
- ✓ Menú detallado con ingredientes y alérgenos disponible en el Centro Ocupacional y en la web: [www.latraiña.com](http://www.latraiña.com) (menú descargas/familias)