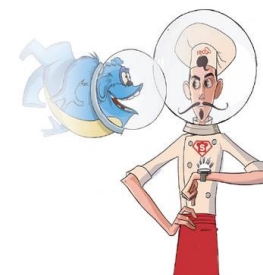


LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
3	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda	4	Lechuga, tomate, maíz, dados de pavo <i>Tallarines con tomate y CALABACÍN ECOLÓGICO</i>	5	Lechuga, tomate, zanahoria, atún Garbanzos a la castellana (con chorizo y hueso de jamón)	6	<i>Lechuga, tomate, lombarda, MAÍZ ECOLÓGICO</i> Sopa de ave con fideos (con carne de gallina, hueso de jamón y huevo)	7	Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Arroz a banda (con merluza, calamar, gamba y mejillón)
	Crema de zanahoria con queso		Filete de merluza a la vasca (al horno con huevo, espárragos y guisantes)		Pizza de york y bacon (con tomate y queso)		Filete de abadejo rebozado casero		Tortilla francesa con loncha de queso
	Fruta		Fruta		Yogur		Fruta		Fruta
CENA: Brócoli al vapor y pescado azul al caldo corto. Fruta		CENA: Ensalada completa y revuelto de jamón serrano. Fruta		CENA: Acelgas rehogadas y pescado blanco al limón. Fruta		CENA: Hervido valenciano y salteado de magro. Fruta		CENA: Crema de verduras y pavo asado. Fruta	
10	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda <i>Lentejas con ESPINACAS ECOLÓGICAS</i>	11	Lechuga, hoja de roble, tomate, olivas, huevo Guisado de patatas con ternera	12	Lechuga, tomate, lombarda, maíz con vinagreta de fresa Arroz rossejat (con costilla y magro de cerdo, garbanzos y embutido valenciano)	13		14	
	Hamburguesa de ave lionesa (al horno con salsa de cebolla)		Bocaditos de rosada		Abanico de fiambres (pechuga de pavo, queso y chorizo)				
	Fruta		Fruta		Yogur				
CENA: Ensalada verde y calamares en salsa. Fruta		CENA: Alcachofas salteadas y huevos cocidos con pisto. Fruta		CENA: Menestra de verduras y pescado blanco al horno. Fruta					
17		18		19		20		21	
24		25	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Sopa de letras (de carne con gallina y hueso de jamón)	26	Lechuga, tomate, zanahoria, dados de queso Arroz con pavo y verduras	27	Lechuga, hoja de roble, tomate, maíz, lombarda Crema de verduras naturales con picatostes caseros	28	Lechuga, tomate, olivas, huevo <i>MACARRONES ECOLÓGICOS con tomate y champiñón</i>
			Librito de york y queso con patatas chips (rebozado)		Tortilla de calabacín		<i>Muslo de pollo al horno con JUDÍAS VERDES ECOLÓGICAS</i>		Filete de bacalao orly con mayonesa (rebozado casero)
			Milhojas		Fruta		Fruta		Fruta
		CENA: Parrillada de verduras y sepia en salsa verde. Fruta		CENA: Ensalada de queso y rollito de ternera. Fruta		CENA: Verduras asadas y pescado blanco al vapor. Fruta		CENA: Brócoli gratinado y tortilla paisana. Fruta	
FRUTA DE TEMPORADA ABRIL: Manzana, naranja, pera, fresa y plátano.		En IRCO, todos los días más Sostenibles. Todos los días, PAN ECOLÓGICO.							



DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
3 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda Crema de safanòria amb formatge Filet de pollastre arrebossat amb quetxup Fruita SOPAR: Bròquil al vapor i peix blau al caldo curt. Fruita		4 Lletuga, tomaca, dacs, daus de titot Tallarines amb tomaca i CARABASSETA ECOLÒGICA Filet de lluç a la basca (al forn amb ou, espàrrecs i pèsols) Fruita SOPAR: Amanida completa i remenat de pernil. Fruita		5 Lletuga, tomaca, safanòria, tonyina Cigrons a la castellana (amb xoriço i os de pernil) Pizza de pernil dolç i bacon (amb tomaca i formatge) logurt SOPAR: Bledes ofegades i peix blanc a la llima. Fruita		6 Lletuga, tomaca, llombarda, DACSA ECOLÒGICA Sopa d'au amb fideus (amb carn de gallina, os de pernil i ou) Filet d'abadejo arrebossat casolà Fruita SOPAR: Bullit valencià i saltejat de magre. Fruita		7 Lletuga, tomaca, safanòria, olives Arròs a banda (amb lluç, calamar, gamba i clòxina) Truita francesa amb tallada de formatge Fruita SOPAR: Crema de verdures i titot rostit. Fruita	
10 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda Llentilles amb ESPINACS ECOLÒGICS Hamburguesa d'au lionesa (al forn amb salsa de ceba) Fruita SOPAR: Amanida verda i calamars en salsa. Fruita		11 Lletuga, full de roure, tomaca, olives i ou Guisat de creïlles amb vedella Mossets de rosada Fruita SOPAR: Carxofes saltejades i ous cuits amb samfaina. Fruita		12 Lletuga, tomaca, llombarda, dacs amb vinagreta de maduixa Arròs rossejat (amb costella i magre de porc, cigrons i embotit valencià) Assortiment de carn freda (pit de titot, formatge i xoriço) logurt SOPAR: Minestra de verdures i peix blau al forn. Fruita					
17		18		19		20		21	
24		25 Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda Sopa de lletres (de carn amb gallina i os de pernil) Llibret de pernil dolç i formatge amb creïlles xips (arrebossat) Miñalles SOPAR: Graellada de verdures i sípia en salsa verda. Fruita		26 Lletuga, tomaca, safanòria, daus de formatge Arròs amb titot i verdures Truita de carabasseta Fruita SOPAR: Amanida de formatge i rotllet de vedella. Fruita		27 Lletuga, full de roure, tomaca, dacs, llombarda Crema de verdures naturals amb crostons casolans Cuixa de pollastre al forn amb BAIQUES ECOLÒGIQUES Fruita SOPAR: Verdures rostides i peix blanc al vapor. Fruita		28 Lletuga, tomaca, olives, ou MACARRONS ECOLÒGICS amb tomaca i xampinyó Filet de bacallà orly amb maionesa (arrebossat casolà) Fruita SOPAR: Bròquil gratinat i truita paisana. Fruita	
FRUITA DE TEMPORADA ABRIL: Poma, taronja, pera, maduixa i plàtan		En IRCO, tots els dies més Sostenibles. Tots els dies, PA ECOLÒGIC							

