



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN HUEVO APRIL WITHOUT EGG MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis sin huevo con tomate / Spaghetti With tomato sauce Rosti patata con lechuga y maiz / Potato rosti with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda horno con zanahoria baby / baked limanda with carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables rosti patata con lechuga y zanahoria/ Potato rosti with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Rosti patata y chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Pasta si huevo con tomate / Pasta in toamto sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias sin huevo / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Rosti con ensalada/ Rosti with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN LECHE APRIL WITHOUT MILK MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				<b>1</b>
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, pan / fruit, bread
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con zanahoria baby / Breaded limanda with carrot Fruta, pan / fruit, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con patata cocida/ Baked cod with potatoes Fruta, pan / fruit, bread	SEMANA SANTA
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
SEMANA SANTA				
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22 menu literario dia del libro</b>
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, pan / fruit, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, pan / fruit, bread
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
Coditos con tomate / Pasta in tomato sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de manzana /Baked sausajes and apple puree Fruta, pan / fruit, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, pan / fruit, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con cous cous/ Boiled eggs with cous cous Fruta, pan / fruit, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

ABRIL MENU SIN LECHE, FRUTO SECO, ANCHOA NI BOQUERON (arroz y pasta integral)  
 APRIL WITHOUT MILK MENU AND ANCHOVY MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, pan / fruit, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con zanahoria baby / Breaded limanda with carrot Fruta, pan / fruit, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con patata cocida/ Baked cod with potatoes Fruta, pan / fruit, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario día del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, pan / fruit, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, pan / fruit, bread
25	26	27	28	29
Coditos con tomate / Pasta in tomato sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de manzana /Baked sausajes and apple puree Fruta, pan / fruit, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, pan / fruit, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con cous cous/ Boiled eggs with cous cous Fruta, pan / fruit, bread

La pasta y el arroz seran de tipo integral



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN F. SECO APRIL WITHOUT NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				<b>1</b>
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgette omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
SEMANA SANTA				
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22 menu literario dia del libro</b>
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN LENTEJAS APRIL WITHOUT LENTILS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario día del libro
SEMANA SANTA	Arroz salteado / Sauted rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Lasaña boloñesa / Bolognese lasagna Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos villaroy con patata paja/ Villaroy eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN HUEVO NI F. SECOS APRIL WITHOUT EGG AND NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis sin huevo con tomate / Spaghetti With tomato sauce Rosti patata con lechuga y maiz / Potato rosti with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda horno con zanahoria baby / baked limanda with carrot Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables rosti patata con lechuga y zanahoria/ Potato rosti with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Rosti patata y chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Pasta si huevo con tomate / Pasta in toamto sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias sin huevo / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Rosti con ensalada/ Rosti with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN GLUTEN APRIL WITHOUT GLUTEN MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis sin gluten con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con arroz / Meatballs stew with rice Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta sin gluten con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
pasta sin gluten carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido sin gluten / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con arroz/ Boiled eggs with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN LECHE, BERNJENA Y TOMATE NATURAL APRIL WITHOUT MILK, EGGPLANT AND TOMATO

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, pan / fruit, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, pan / fruit, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, pan / fruit, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, pan / fruit, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, pan / fruit, bread
25	26	27	28	29
Coditos con tomate / Pasta in tomato sauce Filete de merluza horno con lechuga y maiz / Baked hake with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, pan / fruit, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, pan / fruit, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, pan / fruit, bread





# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

ABRIL MENU SIN LEGUMBRE (si j. verde y blanca)

APRIL WITHOUT LEGUMES

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	arroz con tomate / rice in tomato sauce Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Champiñon salteados con jamon / Sauted mushrooms with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Pure verdura / Vegetables puree Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario día del libro
SEMANA SANTA	arroz salteado / sauted rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Lasaña boloñesa / Bolognese lasagna Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	patatas guisadas / potato stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Verduras salteadas / sauted vegetables Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos villaroy con patata paja/ Villaroy eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN HUEVO CRUDO NI F. SECO APRIL WITHOUT EGG AND NUTS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



ABRIL MENU SINSOJA,HUEVO,F. SECO, CRUSTACEOS Y MOLUSCOS, LEGUMBRE(si j. blanca y verde), APIO NI MOSTAZA

## APRIL

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, pan / fruit, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis sin huevo con tomate / Spaghetti With tomato sauce Rosti patata con lechuga y maiz / Potato rosti with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda horno con zanahoria baby / baked limanda with carrot Fruta, pan / fruit, bread	Champiñon salteados / Sauted mushrooms with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Pure verdura / Vegetables puree Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, pan / fruit, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Arroz salteado / Sauted rice rosti patata con lechuga y zanahoria/ Potato rosti with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	patatas guisadas / potato stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, pan / fruit, bread	crema de verduras Rosti patata y chorizo) Fruta, pan / fruit, bread
25	26	27	28	29
Pasta si huevo con tomate / Pasta in toamto sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Postre apto, pan integral / Suitable dessert	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, pan / fruit, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan Integral / fruit, Wholemead bread	Arroz tres delicias sin huevo / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, pan / fruit, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Rosti con ensalada/ Rosti with salad Fruta, pan / fruit, bread

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN PESCADO APRIL WITHOUT FISH MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables cinta de lomo con patata / Grilled pork loin with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Pollo con pisto/ Baked chicken with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Lacon asado con lechuga mezclum y maiz/ Baked ham with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos patata y chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce pollo con lechuga y tomate / Baked Chiken with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Hamburguesa con verduras salteadas / Baked burger with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

ABRIL MENU SIN LEGUMBRE (si j. verde y blanca, garbanzo,y guisante) NI F. SECO

APRIL WITHOUT LEGUMES

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	arroz con tomate / rice in tomato sauce Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Champiñon salteados con jamon / Sauted mushrooms with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Pure verdura / Vegetables puree Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario día del libro
SEMANA SANTA	arroz salteado / sauted rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Lasaña boloñesa / Bolognese lasagna Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	patatas guisadas / potato stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Verduras salteadas / sauted vegetables Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos villaroy con patata paja/ Villaroy eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN PESCADO NI MARISCO APRIL WITHOUT FISH AND SELLFISH MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables cinta de lomo con patata / Grilled pork loin with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas jardinera con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Pollo con pisto/ Baked chicken with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Lacon asado con lechuga mezclum y maiz/ Baked ham with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos patata y chorizo) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos carbonara / Pasta in carbonara sauce pollo con lechuga y tomate / Baked Chiken with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz tres delicias / Fried rice Hamburguesa con verduras salteadas / Baked burger with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## ABRIL MENU SIN CARNE ROJA APRIL WITHOUT RED MEAT

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				1
				Brocoli salteado / Sauted brocoli Pollo estofado con arroz integral/ Chicken stew with rice Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
4	5	6	7	8
Espaguetis integrales con tomate / Spaghetti With tomato sauce Tortilla de patata y calabacin con lechuga y maiz / courgete omelette with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias blancas guisadas con verduras / Beans stew with vegetables Limanda rebozada con patata cocida / Breaded limanda with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham Albóndigas pollo con cous cous / Meatballs stew with cous cous Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Garbanzos estofados con Verduras / Chickpeas stew Bacalao al horno con pisto/ Baked cod with pisto Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	SEMANA SANTA
11	12	13	14	15
SEMANA SANTA				
18	19	20	21	22 menu literario dia del libro
SEMANA SANTA	Lentejas ecologicas con zanahoria y puerro / Lentils stew with vegetables Tortilla de patata con lechuga y zanahoria/ Potato omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Brocoli salteado / Sauted brocoli Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Judias pintas con arroz / pinto beans stew Ventresca de merluza con lechuga mezclum y maiz/ Baked hake with salad Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	crema de verduras Duelos y quebrantos (revuelto de huevos con patata) Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread
25	26	27	28	29
Coditos con tomate / Pasta in tomato sauce Filete de merluza horno con lechuga y tomate / Baked hake with salad Yogurt , pan Integral / Yoghurt , Wholemead bread	Judias verdes ecologicas con tomate / Green beans in tomato sauce Salchichas ave horno con puré de patata /Baked sausajes and potato puree Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Con Garbanzos,y pollo / meat, chickpeas and vegetables stew Fruta, leche, pan Integral / fruit, milk, Wholemead bread	Arroz salteado / Fried rice Salmon horno con verduras salteadas / Baked salmon with vegetables Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread	Crema de calabacin ecologico / Bio Courgette Puree Huevos cocidos con patata/ Boiled eggs with potato Fruta, leche, pan / fruit, milk, bread