



## RECOMENDACIONES PARA LAS CENA DE ABRIL - CURSO 2022 / 2023

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Pollo en salsa con patatas a lo pobre y pica-dillo al gusto	Ensalada de legumbres con tomates cherrys, cebolla, aguacate, pimien-tos y maíz	Berenjenas rellenas con soja texturiza-da y queso mozzarella	Huevo a la flamenca (salsa de to-mate casera) y ensalada de quinoa	Acedías a la plancha con cogollos de lechuga y tomate aliñado 
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Tortilla de patata y cebolla Gazpacho	Lenguado en papillote con verduras y patatas	Filetes de ternera y aliño de pasta inte-gral (al gusto)	Ensalada tradicional y conejo al ajillo con patatas a lo pobre	<b><u>Pizza casera con base de coliflor</u></b>  (RECETA)
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Boquerones fritos Salmorejo cordobés	Salteado de calabacín con soja textu-rizada y sésamo Pan/picos integrales	<b><u>Pasta con aguacate y albahaca</u></b>  (RECETA)	Bacalao a la portuguesa (cebollita y patatas) 	Crema de verduras, patata y queso Hamburguesa de pollo
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Mero en salsa verde con guisantes Cogollos de lechuga aliñado	Salteado de verduras con soja textu-rizada  (champiñones, pimientos verdes, zanahorias, cebolla..) Pan/picos integrales	Solomillo al roquefort con patatas Aliño de pimientos	Alitas de pollo a la plancha Aliño de pasta integral con verdu-ras (al gusto)	Crema de verduras con huevo duro y picatostes

### DATO INFORMATIVO DEL COMEDOR:

- ◇ Durante la semana se servirán cuatro tipos de frutas de temporada diferentes.
- ◇ Para todas las comidas crudas y cocinadas utilizamos Aceite de Oliva Virgen Extra.
- ◇ Nuestros menús cumplen con las recomendaciones del plan EVACOLE de la Junta de Andalucía.

