

Menú Early Years - MARCH 2026

LUNES / MONDAY										MARTES / TUESDAY										MIÉRCOLES / WEDNESDAY										JUEVES / THURSDAY										VIERNES / FRIDAY																											
2										3										4										5										6 - ITALIAN FRIDAY																											
Crema de calabaza y zanahoria (12)										Sopa de cocido (1,3,6,10)										Paella vegetal (zanahoria, pimiento, cebolla, judía verde)										Judías pintas guisadas con vegetales										Sopa minestrone de verduras y coditos (1,3,6,10)																											
Creamy of pumkin and carrot soup										"Cocido" Soup										Veggie "paella"										Organic lentil & veggie soup										Minestrone soup and pasta																											
Lomo de cerdo fresco en salsa de verduras con puré de patata casero (7,12)										Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)										Fil. merluza a la andaluza c/ensalada de lechuga y tomate (1,4,6,10)										Tortilla francesa c/ratatouille de verduras (rodaja calabacín, berenjena, pimiento, cebolla) (3)										Pollo a la Parmigiana tomate asado con orégano (fil. pollo empanado casero, tomate y queso) (1,3,6,7,10)																											
Fresh pork loin with vegetable sauce and mashed potatoes										Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew										Breaded hake fillet and salad (lettuce and fresh tomato)										Plain omelette & ratatouille										Chicken Parmigiana (breaded chicken fillet, tomato sauce and melted cheese)																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Yogur natural S/A (7) / Yogurts																											
kcal	645	Líp	20,2	Prot	35,2	HdC	81	kcal	656	Líp	21,9	Prot	22,1	HdC	93	kcal	731	Líp	21,2	Prot	44,4	HdC	91	kcal	685	Líp	23,1	Prot	20,1	HdC	99	kcal	693	Líp	32,6	Prot	54,5	HdC	45																												
9										10										11										12										13 - FRANCE FRIDAY																											
Spaguetti integrales con salsa de tomate casera (1,3,6,10)										Judías blancas con vegetales y chorizo										Brócoli con cebollita										Lentejas ecológicas a la jardinera										Tartiflette (pastel de patatas, bacon, cebolla, ajo, nata, queso, romero) (7,12)																											
Wholegrain Pasta with homemade tomato sauce										Beans & vegetables, chorizo										Sautéed broccoli & onion										Organic lentil & veggie soup										"Tartiflette" (creamy oven bake of potatoes, cream and bacon)																											
Salmon al estragón c/ensalada variada de lechuga, cebolla, tomate (4)										Tortilla española de patata y cebolla con ens. capresse aderezada al AOVE y orégano (3)										Pollo asado con arroz integral salteado										Fil. Merluza con tomate y patatita vapor (4,12)										Ternera guisada con champiñones y zanahorias baby																											
Salmon & stragon with salad										Spanish potato omelette & capresse salad tossed with olive oil extra and oregano										Roast chicken & sautéed brown rice										Hake fillet cooked in tomato sauce and boiled potato										Stewed vealwith mushrooms and baby carrots																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Yogur natural S/A (7) / Yogurts																											
kcal	683	Líp	20,8	Prot	31,2	HdC	93	kcal	724	Líp	23,6	Prot	31,7	HdC	96	kcal	632	Líp	29,5	Prot	32,1	HdC	60	kcal	710	Líp	17,5	Prot	45,4	HdC	93	kcal	698	Líp	32,7	Prot	52,0	HdC	49																												
16										17										18 - Students Favourites										19										20 - MEATOUT DAY																											
Patatas a la riojana (12)										Judías verdes salteadas al pimentón										Sopa de cocido (1,3,6,10)										Arroz a la cubana (huevo cocido) (3)										Puré de calabacín con croutons (1,3,6,10)																											
"Riojana" style potatoes casserole										Green beans & paprika										"Cocido" Soup										Cuban rice (hard boiled egg) (3)										Cremay of zucchini soup & croutons																											
Filete de merluza al horno con salteado de calabaza (4,12)										Ragout de Pavo en salsa y cus cus (1,3,6,10)										Complemento del cocido: garbanzos ecológicos, ave, zanahoria, patata, puerro, chorizo (12)										Empanada casera de atún claro c/ens (lechuga, col lombarda, zanahoria y maíz) (1,3,4,5,6,7,8,10,11)										Lasaña casera de pisto y proteína vegetal c/ens. de tomate (1,6,7,10)																											
Hake fillet with sauteed pumpkin										Turkey stew with cus cus										Chick-peas, vegetables, meat and chorizo stew										Homemade tuna pie & mixed salad										Home made vegetarian "mousaka" with salad																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Yogur natural S/A (7) / Yogurts																											
kcal	742	Líp	28,9	Prot	43,0	HdC	78	kcal	670	Líp	18,4	Prot	37,5	HdC	89	kcal	656	Líp	21,9	Prot	22,1	HdC	93	kcal	772	Líp	30,1	Prot	21,4	HdC	104	kcal	697	Líp	26,4	Prot	42,7	HdC	72																												
23 - SUSTAINABLE DAY										24										25										26 - Parent suggestions										27 - GERMAN FRIDAY																											
Lentejas ecológicas a la jardinera										Crema de verduras de temporada (12)										Arroz caldoso con verduras										Potaje de garbanzos ecológicos y espinacas										Sopa casera de pescado (1,2,3,4,6,10)																											
Organic lentil & veggie soup										Cream of vegetables soup										Soupy rice & vegetables										Chickpeas and spinach soup										Homemade fish soup																											
Tortilla española con tomate aliñado con AOVE y orégano (3,12)										Magro de cerdo con sanfaina y pasta salteada al ajillo (1,6,10)										Fishfingers con ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (1,4,6,10)										Wraps de Pollo Tika (adaptado niños) (1)										Köttbullar (albóndigas en salsa con puré de patata y toque de mermelada de arándanos) (6,7,10,11,12)																											
Spanish potato omelette and tossed tomato										Pork meat in sauce & garlic pasta										Fishfingers with salad (lettuce, fresh tomato, shredded carrot)										Kid friendly Chicken Tika wraps										Veal meatballs in sauce with mashed potato and a fine touch of blueberry jam																											
Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Fruta de temporada / Seasonal fruit										Yogur natural S/A (7) / Yogurts																											
kcal	700	Líp	22,9	Prot	25,1	HdC	99	kcal	651	Líp	21,4	Prot	33,0	HdC	82	kcal	716	Líp	12,3	Prot	28,3	HdC	123	kcal	671	Líp	22,0	Prot	38,8	HdC	79	kcal	725	Líp	32,4	Prot	46,4	HdC	62																												
30										31										<table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Crustáceos</td><td>Huevos</td><td>Pescado</td><td>Cacahuete</td><td>Soja</td><td>Leche</td> </tr> <tr> <td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Frutos de cáscara</td><td>Apio</td><td>Mostaza</td><td>Sésamo</td><td>Sulfitos</td><td>Altramucos</td><td>Moluscos</td> </tr> </table>										1	2	3	4	5	6	7	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	8	9	10	11	12	13	14	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos										
1	2	3	4	5	6	7																																																													
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche																																																													
8	9	10	11	12	13	14																																																													
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos																																																													
SCHOOL HOLIDAYS										SCHOOL HOLIDAYS																																																									
kcal		Líp		Prot		HdC		kcal		Líp		Prot		HdC																																																					