





Estos son los menús que serviremos a su hijo/a en el mes de:

# Marzo / March

Parque 22. P.I. Valdearenal Norte  
C/ Juan de la Cierva, 21  
28939 Arroyomolinos (Madrid)

www.grupomaestro.es  
info@grupomaestro.es

Lunes / Monday	Martes / Tuesday	Miércoles / Wednesday	Jueves / Thursday	Viernes / Friday
				<b>01-03-13</b>
				<b>Garbanzos estofados con arroz y verduras frescas</b> <i>Stew chickpea with rice and vegetables</i> <b>Empanadillas de atún con lechuga, tomate y huevo duro</b> <i>Tuna patties with lettuce, tomato and egg</i> <b>Fruta fresca y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i>
<b>04-03-13</b>	<b>05-03-13</b>	<b>06-03-13</b>	<b>07-03-13</b>	<b>08-03-13</b>
<b>Sopa de pescado con arroz</b> <i>Fish soup with rice</i> <b>Filete de Sajonia con guarnición de guisantes salteados</b> <i>Saxony steak served with sauteed peas</i> <b>Yogurt de frutas y pan</b> <i>Fruit yoghurt and bread.</i>	<b>Judías blancas guisadas con patatas zanahorias y chorizo</b> <i>White beans with carrots, potatoes and sausage</i> <b>Tortilla de espinacas con ensalada y soja</b> <i>Spinach omelette with salad and soy</i> <b>Fruta fresca, leche y pan</b> <i>Fresh fruit, milk and bread.</i>	<b>Menestra de verduras</b> <i>Vegetable stew</i> <b>Pollo asado con patatitas dado</b> <i>Roast chicken and fried potatoes.</i> <b>Fruta del tiempo y pan</b> <i>Seasonal fruit and bread</i>	<b>Crema de guisantes con patata y zanahoria</b> <i>Peas cream with potato and carrots</i> <b>Ventresca de merluza romana con ensalada de lechuga tomate y de york</b> <i>Hake ventresca with lettuce tomato and ham</i> <b>Gelatina de frutas y pan</b> <i>Fruit jelly and bread</i>	<b>Potaje de vigilia con garbanzos y acelgas</b> <i>Vigil stew with chickpeas and chard</i> <b>Sardinillas en aceite con rodaja de tomate</b> <i>Sardines in oil with tomato slice</i> <b>Trocitos de fruta variada y pan</b> <i>Varied fruit and bread</i>
<b>11-03-13</b>	<b>12-03-13</b>	<b>13-03-13</b>	<b>14-03-13</b>	<b>15-03-13</b>
<b>Espaguetis gratinados con queso</b> <i>Tooped spaghetti with cheese</i> <b>Filetes de cinta de lomo adobada al horno con patatas fritas</b> <i>Baked marinated pork fillet with fried potatoes.</i> <b>Fruta fresca y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i>	<b>Arroz con pollo y marisco</b> <i>Rice with chicken and seafood</i> <b>Revuelto de champiñones</b> <i>Scrambled eggs with mushrooms</i> <b>Fruta fresca, leche y pan</b> <i>Fresh fruit, milk and bread.</i>	<b>Sopa de letras con picadillo</b> <i>Alphabet soup with mince</i> <b>Muslitos de pollo al horno con patatitas dado</b> <i>Chicken thighs with fried potatoes</i> <b>Yogurt natural azucarado y pan</b> <i>Sweetened yogurt and bread</i>	<b>Judías verdes con salsa de tomate</b> <i>Green beans with tomato sauce</i> <b>Jamón asado con puré de patatas y manzana</b> <i>Ham roast with mashed potatoes and apple</i> <b>Fruta del tiempo y pan</b> <i>Seasonal fruit and bread</i>	<b>Patatas estofadas con verduras</b> <i>Stewed potatoes with vegetable</i> <b>Filete de gallo con ensalada variada y soja</b> <i>Fish fillet with mixed salad and soy</i> <b>Fruta de temporada y pan</b> <i>Seasonal fruit and bread</i>
<b>18-03-13</b>	<b>19-03-13</b>	<b>20-03-13</b>	<b>21-03-13</b>	<b>22-03-13</b>
<b>FESTIVO</b> <i>(Festive)</i>	<b>Lentejas de la abuela con patata y zanahoria</b> <i>Grandma's Lentils with potatoes and carrots</i> <b>Huevos gratinados al horno con bechamel</b> <i>Gratin eggs with bechamel</i> <b>Fruta fresca y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i>	<b>Puré de verduras frescas con costrones de pan frito</b> <i>Vegetables puree with fried croutons</i> <b>Filete de dorada en salsa con guisantes y champiñón laminado</b> <i>Fish fillet in sauce with peas and mushrooms</i> <b>Fruta fresca, leche y pan</b> <i>Fresh fruit, milk and bread.</i>	<b>Macarrones con tomate y jamón de york</b> <i>Macaroni with tomato and ham</i> <b>Escalope de ternera a la milanesa con patatas chips</b> <i>Veal escalope with chips</i> <b>Yogurt de frutas y pan</b> <i>Fruit yoghurt and bread.</i>	<b>NO LECTIVO</b> <i>(No school)</i>



Don patatón te recomienda: **No saques la comida del comedor, cómetelo todo, es por tu bien.**