

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

MENUS DEL MES DE MARZO MUSULMANES

MARCH MUSLIMMS MENUS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / TRURSDAY	VIERNES / FRIDAY
			1 Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i> Patata, Zanahoria, Carne de Ternera y Pollo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y Leche / <i>Fruit and milk,</i>	2 Arroz con verduras / <i>Rice with vegetables</i> Limanda empanada con ensalada / <i>Breaded limanda with salad</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>
5 Sopa de fideos / <i>Noodles soup</i> Albóndigas ternera en salsa con verduras / <i>Meatballs in sauce with vegetables</i> Flan, pan / <i>Custard, bread</i>	6 Garbanzos guisados / <i>Chickpeas stew</i> Bacalao horno con cebolla y pimiento / <i>Baked Cod with baked vegetables</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	7 Paella pollo / <i>Chicken paella</i> Tortilla atun con ensalada / <i>Tuna Omelette with salad</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	8 Buñuelos de coliflor / <i>Battered cauliflower</i> Pollo c/ patatas / <i>chiken with potatoes</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	9 Judías blancas estofadas / <i>Stewed Beans</i> Merluza al limon con ensalada / <i>Baked hake in lemon sauce</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>
12 Macarrones ecologicos con tomate / <i>Ecologic macaroni in tomato saucwe</i> Ventresca de merluza con ensalada / <i>Baked belly hake with salad</i> yogur fruta / <i>Fruit yogurt</i>	13 Sopa de estrellitas / <i>Stars soup</i> Fte de pollo con verdura asada / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	14 Judías verdes salteadas / <i>Sauted green beans</i> Pavo con cous cous / <i>Baked turkey with cous cous</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	15 Lentejas Guisadas / <i>Lentils Stew</i> Bacalao con tomate / <i>Baked cod in tomato sauce</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	16 Patatas guisadas con calamares / <i>Squid potato stew</i> Huevos con bechamel y ensalada / <i>Boiled eggs with salad</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>
19 Calabacin rebozado / <i>Battered courgette</i> Ragout de pavo con patata dado / <i>Turkey stew with potatoes</i> yogur fruta / <i>Fruit yogurt</i>	20 Judías pintas con arroz / <i>Pinto beans with rice</i> Fte. de pescadilla con ensalada / <i>Baked hake with salad</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	21 Crema de espinacas / <i>Spinach cream</i> Ftes Rusos ternera en salsa con patatas / <i>Burguers in sauce with potatoes</i> Manzana ecologica, leche, pan / <i>Ecologic apple, milk, bread</i>	22 Fideua pollo / <i>Chicken fideua</i> Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta, leche, pan / <i>fruit, milk, bread</i>	23