




























































FUNDACION MAGDALENA MORICHE		Menú Bajo calorías			MARZO 2026
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
02	03	04	05	06	
Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Bacalao y zanahoria. Postre: Fruta.	Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Lomo y coliflor. Postre: Fruta.	Primer plato: Crema de calabacin. Segundo plato: Pollo y patata. Postre: Yogurt.	Primer plato: Sopa de fideos. Segundo plato: Albondigas y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Pasta salteada. Segundo plato: Merluza y calabacin. Postre: Yogurt	
09	10	11	12	13	
Primer plato: Menestra Imperial. Segundo plato: Carne con tomate y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Judias blancas. Segundo plato: Filete de hamburguesa y guisantes. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Lomo y brócoli. Postre: Fruta.	Primer plato: Garbanzos. Segundo plato: Bacalao y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Fideua. Segundo plato: Alas y fiambre. Postre: Yogurt.	
16	17	18	19	20	
Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Merluza y calabacin. Postre: Fruta.	Primer plato: Sopa picadillo. Segundo plato: Pollo asado y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Crema de verduras. Segundo plato: Albondigas y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Filete hamburguesa y zanahoria. Postre: Fruta.	Primer plato: Pasta salteada. Segundo plato: Bacalao y judías verdes. Postre: Yogurt.	
23	24	25	26	27	
Primer plato: Sopa picadillo. Segundo plato: Tilapia y brócoli. Postre: Fruta.	Primer plato: Menestra imperial. Segundo plato: Lomo adobado con patatas. Postre: Fruta.	Primer plato: Garbanzos. Segundo plato: Merluza en salsa y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Carne con tomate y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Judias blancas. Segundo plato: Alas y fiambre. Postre: Yogurt	
30	31				
Primer plato: Menestra imperial. Segundo plato: Filete de hamuburguesa con patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Patatas con carne. Segundo plato: Merluza y champiñones. Postre: Fruta.				

Primer plato		Segundo plato		Guarnición		Postre	
Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida
Garbanzos		Lomo plancha		Patata asada		Yogurt	
Crema de verduras		Pollo plancha		Ensalada		Fruta	
Macarrones con tomate		Merluza plancha		Berenjenas		Gelatina	
Lentejas		Lomo empanado		Huevos y salchichas.			
Bacalao dorado		Tortilla		Calabacín			
Ensalada de pasta		Adobo		Champiñones			
Arroz a la cubana		Albóndigas		Pisto			
Fideuá		Menestra		Picadillo de tomate			
Alubias blancas		Guisantes		Paninni			

FUNDACION MAGDALENA MORICHE		Menú Principal			MARZO 2026
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
02	03	04	05	06	
Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Bacalao y zanahoria. Postre: Fruta.	Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Lomo y coliflor. Postre: Fruta.	Primer plato: Crema de calabacin. Segundo plato: Pollo y patata. Postre: Yogurt.	Primer plato: Sopa de fideos. Segundo plato: Albondigas y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Macarrones boloñesa. Segundo plato: Merluza y calabacin. Postre: Yogurt	
09	10	11	12	13	
Primer plato: Menestra Imperial. Segundo plato: Carne con tomate y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Judias blancas. Segundo plato: Filete de hamburguesa y guisantes. Postre: Fruta.	Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Lomo y brócoli. Postre: Fruta.	Primer plato: Garbanzos. Segundo plato: Bacalao y champiñones. Postre: Fruta.	Primer plato: Fideua. Segundo plato: Tortilla y fiambre. Postre: Yogurt.	
16	17	18	19	20	
Primer plato: Lentejas. Segundo plato: Merluza y calabacin. Postre: Fruta.	Primer plato: Sopa picadillo. Segundo plato: Pollo asado y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Crema de verduras. Segundo plato: Albondigas y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz a la cubana. Segundo plato: Filete hamburguesa y zanahoria. Postre: Fruta.	Primer plato: Macarrones boloñesa. Segundo plato: Bacalao y judías verdes. Postre: Yogurt.	
23	24	25	26	27	
Primer plato: Sopa picadillo. Segundo plato: Tilapia y brócoli. Postre: Fruta.	Primer plato: Menestra imperial. Segundo plato: Lomo adobado con patatas. Postre: Fruta.	Primer plato: Garbanzos. Segundo plato: Merluza en salsa y champiñones. Postre: Yogurt.	Primer plato: Arroz con pollo. Segundo plato: Carne con tomate y patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Judias blancas. Segundo plato: Tortilla y fiambre. Postre: Yogurt	
30	31				
Primer plato: Menestra imperial. Segundo plato: Filete de hamuburguesa con patata. Postre: Fruta.	Primer plato: Patatas con carne. Segundo plato: Merluza y champiñones. Postre: Fruta.				

Primer plato		Segundo plato		Guarnición		Postre	
Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida	Nombre de la comida	Imagen de la comida
Garbanzos		Lomo plancha		Patata asada		Yogurt	
Crema de verduras		Pollo plancha		Ensalada		Fruta	
Macarrones con tomate		Merluza plancha		Berenjenas		Gelatina	
Lentejas		Lomo empanado		Huevos y salchichas.			
Bacalao dorado		Tortilla		Calabacín			
Ensalada de pasta		Adobo		Champiñones			
Arroz a la cubana		Albóndigas		Pisto			
Fideuá		Menestra		Picadillo de tomate			
Alubias blancas		Guisantes		Paninni	