

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1	2
			Fideua de verduras Jamoncitos de pollo al limón (lechuga, tomate y maíz) Pan integral Yogur de soja	Alubias blancas estofadas con jamón Caballa al horno (tomate aliñado) Pan blanco Fruta fresca
5	6	7	8	9
Coditos con tomate Abadejo en salsa verde (guisantes salteados) Pan blanco Fruta fresca	Garbanzos guisados Tortilla de patata y calabacín (lechuga y zanahoria) Pan integral Yogur de soja	Arroz con tomate Magro de cerdo en salsa de vegetales Pan blanco Fruta fresca	Lentejas con calabaza Filete de merluza al horno con ajo y perejil (patatas dado) Pan integral Yogur de soja	Patatas guisadas con verduras Contramuslo de pollo asado (lechuga, tomate y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca
12	13	14	15	16
Sopa de pollo con arroz Cinta de lomo al horno (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Crema de judías verdes y zanahoria Pechuga de pavo al horno (patatas panaderas) Pan integral Yogur de soja	Alubias blancas caseras Tortilla francesa (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Espirales napolitana Filete de merluza al horno con verduras (zanahorias baby salteada) Pan integral Yogur de soja	Lentejas estofadas Pollo en salsa de manzana (tomate aliñado) Pan blanco Fruta fresca
19	20	21	22	23
Coditos con tomates Palometa al horno con cebolla y pimientos (zanahoria baby salteada) Pan blanco Fruta fresca	Garbanzos estofados con verduras Cinta de lomo al horno (lechuga y maíz) Pan integral Yogur de soja	Paella de pescado Tortilla de patata y espinacas (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Sopa de picadillo Estofado de pollo al curry con verduras (arroz pilaf) Pan integral Yogur de soja	Lentejas a la hortelana Filete de merluza al horno con limón (lechuga, tomate y maíz) Pan blanco Fruta fresca
26	27	28	29	
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	Lentejas estofadas Pechuga de pavo al horno (lechuga y zanahoria) Pan integral Yogur de soja	