

Lunes

1 Arroz con Tomate
Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo

8 Crema de Calabaza
Albóndigas de Cerdo con Tomate
Arroz Pilaf
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

15 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

22 Potaje de Lentejas con Calabaza

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

29

Martes

2 Crema de Verduras
Jamoncitos de Pollo al Horno

Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

9 Alubias Blancas Guisadas
Abadejo al Horno al Limón
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

16 Crema de Zanahoria
Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla
Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

23 Crema de Verduras

Jamoncitos de Pollo al Horno
Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

30

Miércoles

3 Garbanzos Estofados
Ternera en Salsa Cazadora

Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

10 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

17 Lentejas Guisadas con Carne
Tortilla de Patata Con Cebolla

Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

24 Cazuela de Patatas con Verduras (sin bacalao)
Pavo al Horno
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

31

Jueves

4 Tallarines Boloñesa
Abadejo al Horno

Zanahorias al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

11 Espirales con Tomate
Tortilla de Patatas con Calabacín
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo

18 Paella de Verduras
Dados de Pavo al Horno

Zanahorias al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

25 Espaguetis Boloñesa

Tortilla de Patata Con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Viernes

5 Lentejas Estofadas
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Arroz Caldoso de Verduras
Pavo al Horno En Salsa Atomatada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

19 Macarrones con Tomate y Albahaca
Pollo al Horno en Salsa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

26 Arroz con Tomate

Abadejo a Las Finas Hierbas
Pimientos asados
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea