

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
		Lentejas guisadas con Arroz Varitas de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Yogur de sabor <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	Arroz Caldoso de Verduras Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado Jureles al Horno Encebollados Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo o Fruta
7	8	9	10	11
Sopa de Picadillo Garbanzos Estofados  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	Crema Hortelana Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Potaje de Lentejas con Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Yogur de sabor <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	Crema de Champiñones Albóndigas de Merluza con Tomate Zanahorias al Vapor Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano Salmón al Horno en Salsa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
14	15	16	17	18
Judías Verdes Rehogadas Marmitako de Atún Guisado  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Coditos con Salsa de Tomate y Queso Rallado Tortilla de Patatas con Calabacín  Tomate Natural Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Puchero Anillas de Calamar Rebozadas  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Yogur de sabor <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	Crema de Verduras Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Arroz Pilaf Salteado Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	
21	22	23	24	25
Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Crema de Calabacín Espaguetis Boloñesa  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Cazuela de Fideos con Choco Salchicha Frankfurt Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Yogur de sabor <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	Sopa de Picadillo Garbanzos Estofados  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	Lentejas con Verduras Cocidas Bacalao al Horno a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
28	29	30		
Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo o Fruta	Crema Hortelana Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Lentejas Guisadas con Pollo Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Yogur de sabor <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta		

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
		Lentejas guisadas con Arroz Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Yogur de Soja <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	Arroz Caldoso de Verduras Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Espirales con Tomate Jureles al Horno Encebollados Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
7	8	9	10	11
Sopa de Picadillo Garbanzos con Chorizo  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	Crema Hortelana Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	Potaje de Lentejas con Calabaza Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	Patatas a la Riojana Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Zanahorias al Vapor Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Pescado + Fruta	Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano Pollo al Horno en Salsa  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
14	15	16	17	18
Judías Verdes Rehogadas Marmitako de Atún Guisado  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	Coditos con Tomate Tortilla de Patatas con Calabacín  Tomate Natural Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Puchero Jureles al Horno al Limón  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Yogur de Soja <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	Crema de Verduras Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Arroz Pilaf Salteado Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	
21	22	23	24	25
Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	Crema de Calabacín Espaguetis Boloñesa  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	Patatas Guisadas con Chorizo Salchicha Frankfurt Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	Sopa de Picadillo Garbanzos Estofados  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	Lentejas con Verduras Cocidas Ternera al horno con Salsa Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
28	29	30		
Potaje de Alubias Blancas con Calabacín Tortilla de Patatas con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Fruta	Crema Hortelana Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria  Pan Blanco (30 g.) Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	Lentejas Guisadas con Pollo Tortilla Francesa de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Blanco (30 g.) Yogur de Soja <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta		