

Lunes

- 7 Arroz con Tomate
Abadejo a Las Finas Hierbas
Pimientos asados
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 14 Sopa de Picadillo
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 21 Arroz con Tomate
Salchichas Frankfurt
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

Martes

- 1 Crema de Zanahoria
Hamburguesa de Jibia al Horno con Cebolla
Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo

8

- 15 Crema de Calabaza
Albóndigas de Merluza con Tomate
Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

- 22 Lentejas con Verduras
Tortilla de Patata Con Cebolla
Tomate Natural
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 2 Lentejas con Chorizo sin Zanahoria ni Calabaza
Tortilla de Patata Con Cebolla
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

- 9 Cazuela de Patatas con Bacalao
Cordon Bleu de Pavo
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 16 Alubias Blancas con Verduras
Anillas de Calamar Rebozadas
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

23

Jueves

- 3 Paella de Verduras
Dados de Pavo al Horno
Zanahorias al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

- 10 Espaguetis Boloñesa
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

- 17 Coditos con Tomate y Queso
Tortilla de Patatas con Calabacín
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo

24

Viernes

- 4 Macarrones con Tomate y Albahaca
Salmón al Horno en Salsa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

- 11 Potaje de Lentejas con Calabaza
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

- 18 Garbanzos con Arroz
Jureles al Horno en Salsa de Adobo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

25

mediterránea