

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pasta con Tomate Alitas de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	3 Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Revolconas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	4 Arroz con Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
7 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas Frescas (de pollo) al Vino Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Fruta	8 Arroz a Banda Pollo en Pepitoria Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	9 Macarrones Napolitana Salmón al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	10 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Brocoli Salteado Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
14 Crema de Calabacín. Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	15 Arroz Campesina Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	16 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	17 Coditos al Gratén Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Palometa a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Menestra de Verduras Rehogada Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Lácteo	23 Sopa de Arroz Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	24 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Limanda al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
28 Paella de Marisco Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	29 Crema de Coliflor Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	30 Macarrones con Tomate Huevos En Salsa Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	31 Lentejas Estofadas con Verduras Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pasta con Tomate Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	3 Judías Verdes Rehogadas Limanda al Horno Patatas Revolconas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Legumbre + Fruta	4 Arroz con Tomate Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
7 Estofado de Patatas con Verduras Merluza al Horno Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	8 Arroz a Banda Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	9 Macarrones Napolitana Salmón al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	10 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	11 Brocoli Salteado Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Patata + Huevo + Fruta
14 Crema de Calabacín. Limanda al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	15 Arroz Campesina Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	16 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	17 Coditos al Gratén Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Verdura + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Palometa a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria. Pasta con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	22 Menestra de Verduras Rehogada Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	23 Sopa de Arroz Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	24 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Limanda al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Huevo + Fruta
28 Paella de Marisco Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	29 Crema de Coliflor Palometa al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	30 Macarrones con Tomate Huevos En Salsa Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta	31 Lentejas Estofadas con Verduras Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta	

mediterránea