

Lunes

3 Potaje de Garbanzos con Calabacín
Tortilla Francesa

Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

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

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

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

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

24 Arroz con Tomate
Salchichas Frankfurt

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

31

Martes

4 Crema de Zanahoria
Hamburguesa de Ternera con Cebolla
Patatas Panaderas al Horno
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Ave + Lácteo

11 Crema de Verdura
Jamoncitos de Pollo al Horno
Arroz Pilaf
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

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

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

25 Lentejas con Verduras
Tortilla de Patata y Cebolla

Tomate Natural
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

5 Lentejas con Verduras
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

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

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

19 Potaje de Alubias Blancas con Calabacín
Anillas de Calamar Rebozadas
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

26 Sopa de Cocido
Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne)

Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

Jueves

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

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

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

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

20 Codos con Tomate y Queso
Tortilla de Patatas con Calabacín
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo

27 Crema Hortelana
Hamburguesa de Ternera con Cebolla

Arroz Pilaf
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

Viernes

7 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

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

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 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

28 Lacitos con Tomate y Orégano
Merluza al Horno en Salsa Verde

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

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

mediterránea