

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Pasta Amatriciana
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

1 Paella de Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Jurel al Horno
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

3 Judías Verdes Rehogadas con Patata
Magro con Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

13 Salteado de Verduras
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

14 Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz con Verduras
Palometa con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

16



17 Coditos con Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

21 Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo con Ketchup
Patatas Chips
Pan y Agua
Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

DÍA ESPECIAL

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Pasta Amatriciana (pasta sin gluten y sin huevo)
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

1 Paella de Verduras
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo

2 Lentejas Estofadas con Verduras
Jurel al Horno
Champiñón al Ajillo
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Fruta

3 Judías Verdes Rehogadas con Patata Magro con Tomate
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

13 Salteado de Verduras
Pollo Asado
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

14 Lentejas con Chorizo
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

15 Arroz con Verduras
Palometa con Tomate
Guisantes Rehogados
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

16



17 Pasta sin Gluten Sin Huevo con Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz con Tomate
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

21 Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo con Ketchup
Patatas Chips
Pan y Agua
Copa de Chocolate
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

DÍA ESPECIAL

mediterránea