

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

Crema de lentejas
Hamburguesa de pollo
con tomate
Menestra de verduras
Fruta

03

Puré de verduras
Merluza al horno con
cilantro
Arroz 3 delicias
Fruta

04

Sopa con fideos
integrales
Ropa vieja
Papas a cuadros
Yogur o fruta

05

Puré de calabaza
Huevos gratinados con
atún
Ensalada de zanahoria
Fruta

08

Crema de guisante
Merluza en salsa de
zanahoria
Arroz blanco
Fruta

09

Crema de lentejas
Tortilla de papas
Tomates aliñados
Fruta

10

Puré de puerros
Pollo asado
Papas fritas
Fruta

11

Crema de zanahorias
Bacalao a la andaluza
Macarrones con
tomate
Yogur o fruta

12

Crema de alubias
Lomo de cerdo
adobado
Ensalada de manzana
Fruta

15

Puré de verduras
Figuritas de merluza
empanadas
Papas asadas al horno
Fruta

16

Crema de acelgas
Filete de pollo al ajillo
Ensalada mixta
Fruta

17

Puré de lentejas
Merluza encebollada
canaria
Arroz integral
Fruta

18

Sopa de fideos
integrales
Ragout de ternera
Habichuelas al ajillo
con papas
Yogur o fruta

19

Crema de garbanzos
Tortilla de papas
Ensalada de jamón
Fruta

22

Crema de calabaza
Huevos guisados con
tomate y atún
Fideuá de pollo
Fruta

23

Puré de habichuelas
Burger meat a la
plancha
Papas asadas al horno
Fruta

24

Crema de espinacas
Merluza a la gallega
Ensalada tropical
Fruta

25

Puré de calabacín
Croquetas de jamón
Arroz con calamares
Yogur o fruta

26

Crema de alubias
Salchichas de pollo a la
plancha
Ensalada de remolacha
Fruta

29

Puré de berros
Lomo adobado
Ensalada de zanahoria
Fruta

30

Crema de verduras
Pollo en salsa de
manzana y zanahoria
Macarrones con
tomate
Fruta



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

Crema de lentejas
Hamburguesa de pollo
con tomate
Verduritas salteadas
Fruta

03

Puré de verduras
Merluza al horno con
cilantro
Arroz 3 delicias
Fruta

04

Sopa con pasta
integral
Ropa vieja
Papas a cuadros
Yogur de soja o fruta

05

Puré de calabaza
Huevo cocidos con
tomate y atún
Ensalada de zanahoria
Fruta

08

Crema de guisantes
Merluza en salsa de
zanahoria
Arroz blanco
Fruta

09

Crema de lentejas
Tortilla de papas
Tomates aliñados
Fruta

10

Puré de puerros
Pollo asado
Papas fritas
Fruta

11

Crema de zanahorias
Bacalao a la andaluza
Macarrones con
tomate
Yogur de soja o fruta

12

Crema de alubias
Lomo de cerdo
adobado
Ensalada de manzana
Fruta

15

Puré de verduras
Merluza empanada
Papas asadas al horno
Fruta

16

Crema de acelgas
Filete de pollo al ajillo
Ensalada mixta
Fruta

17

Puré de lentejas
Merluza encebollada
canaria
Arroz integral
Fruta

18

Sopa de fideos
Filete de pollo al horno
Habichuelas al ajillo
con papas
Yogur de soja o fruta

19

Crema de garbanzos
Tortilla de papas
Ensalada de jamón
Fruta

22

Crema de calabaza
Huevos en salsa de
tomate y atún
Fideuá de pollo
Fruta

23

Puré de habichuelas
Burguer meat de pollo
Papas asadas al horno
Fruta

24

Crema de espinacas
Merluza a la gallega
Ensalada tropical
Fruta

25

Puré de calabacín
Croquetas de jamón
sin alérgias
Arroz con calamares
Yogur de soja o frutal

26

Crema de alubias
Salchichas de pollo
plancha
Ensalada de remolacha
Fruta

29

Puré de berros
Lomo adobado
Ensalada de zanahoria
Fruta

30

Crema de verduras
Pollo asado con
manzana y zanahoria
Espaguetis integrales
con tomate
Fruta

