

DE COMPROMISO EN COMPROMISO



LUNES

03

Crema de verduras
Escalope de pollo
Ensalada de manzana
Fruta

MARTES

04

Puré de calabaza
Ragout de ternera
Arroz blanco
Fruta

MIÉRCOLES

05

Puré de calabacín
Merluza empanada
Ensalada de maíz
Fruta ecológica

JUEVES

06

Sopa de fideos y garbanzos
Escalopines de cerdo asados
Zanahoria salteada
Yogur natural

VIERNES

07

Puré de guisantes
Tortilla española
Ensalada de piña
Fruta

10

Puré de calabacín
Merluza al limón
Ensalada de queso blanco
Fruta

11

Crema de verduras
Ropa vieja canaria
Papas a cuadros
Fruta

12

Puré de zanahorias
Pollo en salsa de pimientos
Pasta integral al ajillo
Fruta ecológica

13

Crema de puerros
Tortilla francesa
Ensalada de pepino
Yogur natural

14

Crema de lentejas
Fogonero al horno
Tomates aliñados
Fruta

17

Crema de calabaza
Merluza en salsa de zanahoria
Ensalada con espárragos
Fruta

18

Puré de puerros
Albóndigas en salsa de cebolla
Papas fritas
Fruta

19

Crema de garbanzos
Muslo de pollo aliñado al horno
Calabacín salteado
Fruta ecológica

20

Puré de verduras
Bacalao en tempura
Arroz con tomate
Yogur natural

21

Crema de alubias pintas
Tortilla de papas
Ensalada de manzana
Fruta

24

Crema de lentejas
Croquetas de jamón
Ensalada de maíz
Fruta

25

Puré de verduras
Muslitos de pollo con soja y miel
Arroz tres delicias
Fruta

26

Crema de alubias
Merluza en salsa de tomate
Ensalada mixta
Fruta ecológica

27

Puré de calabacín
Lomo en salsa de queso
Papas asadas
Yogur natural

28

Crema de calabaza
Abadejo asado al horno
Macarrones integrales con tomate
Fruta