

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

26

Crema de verduras y hortalizas
Magra a la plancha
(Patatas fritas)
Pan
Yogur de soja

27

Garbanzos con calabaza
Filete de merluza a la plancha
(Tomate aliñado)
Pan
Fruta fresca

28

Arroz caldoso con pollo
Revuelto de huevo
(Lechuga y remolacha)
Pan
Fruta fresca

29

Macarrones con tomate
Filete de pollo al horno
(Calabacín asado)
Pan
Fruta fresca

1

Ensalada variada con huevo
Lentejas con arroz
Pan
Yogur de soja

4

Sopa de ave con arroz
Brocheta de pollo
(Patatas fritas)
Pan
Fruta fresca

5

Macarrones aglio-olio con jamón serrano
Salmón al horno con ajo y perejil
(Lechuga, remolacha)
Pan
Yogur de soja

6

Alubias con verduras
Tortilla de patata
(lechuga, maíz)
Pan
Fruta fresca

7

Crema de zanahoria
Cinta de lomo con tomate
(Cous cous en blanco)
Pan
Fruta fresca

8

Lentejas con patatas
Filete de merluza a la plancha
(Lechuga, tomate y zanahoria)
Pan
Fruta fresca

11

Crema de calabaza
Escalope de pollo empanado
(Patata panadera con cebolla al horno)
Pan
Fruta fresca

12

Lentejas con verduras
Tortilla de calabacín
(Tomate aliñado)
Pan
Yogur de soja

13

Arroz a la milanesa
Bacalao al horno en piperrada
(Lechuga y maíz)
Pan
Fruta fresca

14

Espirales con tomate
Cinta de lomo a la plancha
(Lechuga y zanahoria)
Pan
Fruta fresca

15

Garbanzos con patatas
Salmón con salsa de puerros
(Lechuga y tomate)
Pan
Yogur de soja

18

Crema de zanahoria
Pollo en pepitoria
(Patata panadera al horno)
Pan
Fruta fresca

19

Arroz con salsa de tomate
Magra a la plancha
(Lechuga y zanahoria)
Pan
Yogur de soja

20

Lentejas con patatas
Merluza en salsa verde
(Judías verdes y guisantes salteados)
Pan
Fruta fresca

21

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones con pavo
Pan
Fruta fresca

22

Alubias con patatas
Tortilla francesa
(Lechuga, tomate y atún)
Pan
Fruta fresca

25

Sopa de puchero
Pechuga de pollo al horno
(Patatas fritas)
Pan
Fruta fresca

26

Lentejas con zanahoria
Gallo a la andaluza
(Lechuga, col y zanahoria)
Pan
Yogur de soja

27

Paella de verduras
Revuelto de patatas y cebolla
(Lechuga, maíz y orégano)
Pan
Fruta fresca

28

Crema de calabacín
Magra de cerdo a la riojana
(Zanahoria salteada)
Pan
Fruta fresca

29

Espaguetis con tomate
Merluza al horno con ajo y perejil
(Lechuga, zanahoria y remolacha)
Pan
Fruta fresca