

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**1**

Crema de verduras y hortalizas  
Tortilla de patata  
(Ensalada de tomate)  
Pan  
Fruta fresca

**2**

Garbanzos con patatas  
Merluza a la andaluza  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Yogur de soja

**3**

Lechuga, tomate, maíz y atún  
Magra a la plancha  
(Patata panadera al horno)  
Pan  
Fruta fresca

**4**

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pollo al horno  
(Lechuga y zanahoria)  
Pan  
Fruta fresca

**5**

Macarrones con tomate  
Caballa en salsa de zanahorias  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Yogur de soja

**8**

Arroz con verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
(Zanahoria baby salteada)  
Pan  
Fruta fresca

**9**

Espirales con tomate  
Tortilla francesa  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Yogur de soja

**10**

Crema de calabaza  
Estofado de pollo al curry  
(Cous cous en blanco)  
Pan  
Fruta fresca

**11**

Lentejas con verduras  
Lomo con pimienta y cebolla  
(Patatas fritas)  
Pan  
Fruta fresca

**12**

Alubias con patatas  
Fogonero al horno  
(Lechuga y tomate)  
Pan  
Fruta fresca

**15**

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

**16**

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

**17**

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

**18**

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

**19**

Ensalada variada con huevo  
Lentejas con arroz  
-  
Pan  
Yogur de soja

**22**

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

**23**

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

**24**

Alubias con verduras  
Tortilla de patata  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Fruta fresca

**25**

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

**26**

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

**29**

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

**30**

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

**1**

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

**2**

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

**3**

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