

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

FESTIVO

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

4

FESTIVO

Macarrones con tomate
Lomo a la española
Patatas dado
Pan
Yogur de soja

5

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

6

Crema de zanahoria
Caballa en salsa de puerros
Cous cous en blanco
Pan
Fruta fresca

7

Arroz salteado con verduras
Filete de merluza a la plancha
Lechuga, tomate y zanahoria
Pan
Fruta fresca

10

Crema de calabaza
Pollo estilo broaster
Patata panadera con cebolla al horno
Pan
Fruta fresca

11

Lentejas con verduras
Tortilla de calabacín
Tomate aliñado
Pan
Fruta fresca

12

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

13

Espirales con tomate
Cinta de lomo a al plancha
Lechuga y zanahoria
Pan
Fruta fresca

14

Garbanzos con patatas
Salmón al horno con ajo y perejil
Lechuga y tomate
Pan
Yogur de soja

17

Guiso de patatas con calamar
Tortilla francesa
Lechuga, tomate y atún
Pan
Fruta fresca

18

Arroz con tomate
Filete ruso de pollo
Lechuga y zanahoria
Pan
Yogur de soja

19

Alubias blancas con patatas
Merluza en salsa verde
Judías verdes y guisantes salteados
Pan
Fruta fresca

20

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

21

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

24

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

25

Lentejas con zanahoria
Fish and chips
Pan
Yogur de soja



26

Paella de verduritas
Revuelto de patatas y cebolla
Lechuga, maíz y orégano
Pan
Fruta fresca

27

Crema de calabacín
Magro de cerdo a la riojana
Zanahoria salteada
Pan
Fruta fresca

28

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

31

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

1

Lentejas con verduras
Lomo en salsa de cebolla
Patata panadera al horno
Pan
Fruta fresca

2

Lechuga, tomate, maíz y atún
Pechuga de pollo al horno
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca

3

Arroz con pollo
Merluza a la andaluza
Lechuga y maíz
Pan
Fruta fresca

4

Macarrones con tomate
Caballa en salsa de zanahorias
Tomate aliñado
Pan
Yogur de soja