

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

4

5

6

7

FESTIVO

Sopa de ave con arroz
Brocheta de pollo
Tomate aliñado
Pan
Fruta fresca

FESTIVO

Macarrones con tomate
Lomo a la española
Patatas dado
Pan
Yogur natural/sabor

Alubias con verduras
Pechuga de pavo al horno
Lechuga y maíz
Pan
Fruta fresca

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

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

10

11

12

13

14

Crema de calabaza
Pechuga de pavo al horno
Patata panadera con cebolla al horno
Pan
Fruta fresca

Lentejas con verduras
Pechuga de pavo al horno
Tomate aliñado
Pan
Fruta fresca

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

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

Cocido andaluz
Salmón al horno con ajo y perejil
Lechuga y tomate
Pan
Batido casero de yogur con fruta

17

18

19

20

21

Guiso de patatas con calamar
Pechuga de pavo al horno
Lechuga, tomate y atún
Pan
Fruta fresca

Arroz con tomate
Filete de pollo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan
Yogur natural /sabor

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

Ensalada de lechuga, tomate, maíz
y queso fresco
Macarrones con pavo
Pan
Fruta fresca

Crema de zanahoria
Pechuga de pollo al horno
Patata panadera al horno
Pan
Fruta fresca

24

25

26

27

28

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

Lentejas con zanahoria
Fish and chips 
Pan
Fruta fresca

Paella de verduritas
Pechuga de pavo al horno
Lechuga, maíz y orégano
Pan
Fruta fresca

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

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

31

1

2

3

4

Crema de verduras y hortalizas
Pechuga de pavo al horno
Ensalada de tomate
Pan
Fruta fresca

Lentejas con verduras
Lomo con pimienta y cebolla
Patata panadera al horno
Pan
Fruta fresca

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

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

Macarrones con tomate
Caballa en salsa de zanahorias
Tomate aliñado
Pan
Batido casero de yogur con fruta