

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1



FESTIVO

8 Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín

Ensalada Verde

Fruta de Temporada Permitida

15 Crema Solferino
Jamoncitos de Pollo al Horno
Arroz Pilaf Integral

Fruta de Temporada Permitida

22 Crema Parmentiere
Redondo de Pavo al Horno
Pisto Riojano

Fruta de Temporada Permitida

29 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Albóndigas en Salsa
Zanahorias Rehogadas

Fruta de Temporada Permitida

7 Brócoli al Pimentón
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas

Zanahoria al Vapor

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

14 Brócoli al Pimentón
Tortilla de Patata
Ensalada Verde

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

21 Arroz a la Cubana
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

28 Coliflor Ajoarriero
Tortilla de Espinacas
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

6 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado

Guisantes Salteados

Fruta de Temporada Permitida

13 Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Jardinera de Verduras

Fruta de Temporada Permitida

20 Potaje de Judías Blancas
Tortilla Francesa
Guisantes con Ajo y Perejil

Fruta de Temporada Permitida

27 Crema Hortelana
Abadejo a la Vizcaína
Arroz Pilaf Integral

Fruta de Temporada Permitida

5 Alubias Estofadas
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

12 Alubias Pintas Guisadas
Lomo de Cerdo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

19 Espirales con Tomate
Palitos de Merluza
Zanahorias Guisada

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

26 Alubias Blancas Guisadas
Pollo con Chimichurri
Patatas a lo Pobre

Fruta de Temporada Permitida
Yogur Desnatado o Natural

4 Macarrones con Tomate
Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno
Patatas Panaderas al Horno

Fruta de Temporada Permitida

11 Pajaritas Napolitana
Merluza al Horno al Ajillo
Patatitas Asadas

Fruta de Temporada Permitida

18 Crema de Verduras
Filete de Cerdo a la Gallega
Menestra Salteada

Fruta de Temporada Permitida

25



FESTIVO

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1



FESTIVO

8

Paella de Verduras
Salchichas Encebolladas

Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

15

Crema Solferino
Jamoncitos de Pollo al Horno

Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

22

Crema Parmentiere
Redondo de Pavo al Horno
Pisto Riojano

Pan Integral
Fruta de Temporada

29

Arroz al Curry
Albóndigas en Salsa
Zanahorias Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

4

Macarrones con Tomate
Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno
Patatas Panaderas al Horno
Pan Integral
Fruta de Temporada

11

Pajaritas Napolitana
Merluza al Horno al Ajillo

Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

18

Lentejas Caseras
Filete de Cerdo a la Gallega
Menestra Salteada
Pan Integral
Fruta de Temporada

25



FESTIVO

5

Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

12

Alubias Pintas Guisadas
Lomo de Cerdo a la Plancha

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

19

Espirales con Tomate
Palitos de Merluza
Zanahorias Guisada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

26

Garbanzos Guisados
Pollo con Chimichurri
Patatas a lo Pobre
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

6

Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado

Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

13

Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde

Jardinera de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

20

Potaje de Judías Blancas
Filete de Pollo a la Plancha
Guisantes con Ajo y Perejil
Pan Integral
Fruta de Temporada

27

Crema Hortelana
Abadejo a la Vizcaína
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

7

Puchero de Lentejas
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas

Zanahoria al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

14

Garbanzos con Verduras
Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

21

Arroz a la Cubana
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

28

Potaje de Lentejas
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural