

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

04

05

06

07

Paella de pescado
Tortilla de patatas y espinacas
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

Crema parmentier
Estofado de pollo con verduras
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Lentejas a la hortelana
Atún en salsa de tomate
Ensalada de lechuga y soja
Fruta de temporada

10

11

12

13

14

Macarrones con calabaza y salsa de tomate
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

Alubias blancas guisadas con verduras
Merluza en salsa
Ensalada de tomate
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Crema de verduras
Pechuga de pollo al horno
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

Lentejas estofadas
Revuelto de huevo, patatas y cebolla
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Paella de verduras y pollo
Filetes San Pedro con calabacín, tomate y cebolla
Fruta de temporada

17

18

19

20

21

Sopa de ave con lluvia
Contramuslo de pollo asado
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

Lentejas jardinera
Magro de cerdo en salsa
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Espaguetis en salsa de tomate
Filetes de merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y soja
Fruta de temporada

Garbanzos guisados
Tortilla de patatas y cebolla
Ensalada de tomate
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Crema de calabacín
Palometa son salsa de tomate
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

24

25

26

27

28

Arroz a la campesina
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

Crema de calabaza
Cinta de lomo al horno
Ensalada de tomate
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Lentejas guisadas con patatas
Filetes de caballa
Ensalada de tomate
Fruta de temporada

Coditos con zanahoria y salsa de tomate
Revuelto de huevo, patatas y champiñones
Fruta de temporada/ Yogurt soja

Alubias blancas estofadas
Magro de cerdo en salsa
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

31

Macarrones con tomate
Filetes de jurel
Ensalada de tomate
Fruta de temporada