

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
11 Crema de Calabaza Pollo a la Jardinera Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	12 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	13 Pasta en Salsa Provenzal Hamburguesa con Cebolla al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	14 Puchero de Lentejas Salmón a Las Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Fruta de Temporada	15 Paella de Marisco Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
18 Pasta Gratinada Merluza al Horno Encebollada Judías Verdes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Guisadas Redondo de Pavo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	20 Arroz con Tomate Filetes de Caballa Brócoli al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Cinta de Lomo Adobada al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria Tortilla de Patata Champiñones Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
25 Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	26 Crema de Verduras Sardinillas Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada	27 Lentejas Estofadas Magro de Cerdo Coliflor Rehogada con Ajo Pan Integral Fruta de Temporada	28 Pasta Napolitana Merluza al Horno Menestra Salteada Pan Fruta de Temporada	29 Potaje de Judías Blancas Ragout de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
11 Crema de Calabaza Pollo a la Jardinera Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	12 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	13 Pasta en Salsa Provenzal Hamburguesa con Cebolla al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	14 Puchero de Lentejas Salmón a Las Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Fruta de Temporada	15 Paella de Marisco Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
18 Pasta con Tomate Merluza al Horno Encebollada Judías Verdes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Guisadas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	20 Arroz con Tomate Filetes de Caballa Brócoli al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria Tortilla de Patata Champiñones Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
25 Arroz con Pollo Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	26 Crema de Verduras Sardinillas Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada	27 Lentejas Estofadas Magro de Cerdo Coliflor Rehogada con Ajo Pan Integral Fruta de Temporada	28 Pasta Napolitana Merluza al Horno Menestra Salteada Pan Fruta de Temporada	29 Potaje de Judías Blancas Ragout de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
11 Crema de Calabaza Pollo a la Jardinera Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	12 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	13 Pasta a la Provenzal Dieta Hamburguesa con Cebolla al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	14 Puchero de Lentejas Salmón a Las Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Fruta de Temporada	15 Paella de Marisco Lomo de Sajonia al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
18 Pasta con Tomate Dieta Merluza al Horno Encebollada Judías Verdes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Guisadas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	20 Arroz con Tomate Filetes de Caballa Brócoli al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria Filete de Pollo a la Plancha Champiñones Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
25 Arroz con Pollo Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	26 Crema de Verduras Sardinillas Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada	27 Lentejas Estofadas Magro de Cerdo Coliflor Rehogada con Ajo Pan Integral Fruta de Temporada	28 Pasta Napolitana Dieta Merluza al Horno Menestra Salteada Pan Fruta de Temporada	29 Potaje de Judías Blancas Ragout de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea