

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Macarrones Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas	2 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduras al Vapor	3 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde	4 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas
	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada
7 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas	8 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo	9 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde	10 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada	11 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada
14	15	16	17	18
 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO
21	22 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria	23 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados	24 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor	25 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde
 FESTIVO	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada
28 Pajaritas Napolitana Merluza al Horno al Ajillo Patatitas Asadas	29 Alubias Pintas Guisadas Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz	30 Arroz Campesina Abadejo en Salsa Verde Jardinera de Verduras		
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	Fruta de Temporada		

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7 Pasta Napolitana Dieta
Redondo de Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

8 Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Guisantes al Ajillo
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

9 Crema Parmentiere
Salchichas Encebolladas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

10 Potaje de Lentejas
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

11 Cazuela de Arroz
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

14

FESTIVO

15

FESTIVO

16

FESTIVO

17

FESTIVO

18

FESTIVO

21

FESTIVO

22 Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

23 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

24 Puchero de Lentejas
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas
Zanahoria al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

25 Paella de Verduras
Salchichas Encebolladas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

28 Pasta Napolitana Dieta
Merluza al Horno al Ajillo
Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

29 Alubias Pintas Guisadas
Lomo de Cerdo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

30 Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Jardinera de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7 Macarrones Napolitana
Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

14



21



28 Pajaritas Napolitana
Merluza al Horno al Ajillo
Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

1 Macarrones Caseros
Pollo al Horno Marinado
Zanahorias Guisadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

8 Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Guisantes al Ajillo
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

15



22 Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

29 Alubias Pintas Guisadas
Lomo de Cerdo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

2 Arroz Campesina
Bacalao al Horno
Verduras al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

9 Crema Parmentiere
Tortilla Francesa
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

16



23 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

30 Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Jardinera de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

3 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

10 Potaje de Lentejas
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

17



24 Puchero de Lentejas
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas
Zanahoria al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

4 Potaje de Judías Blancas
Magro de Cerdo con Tomate
Patatitas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

11 Cazuela de Arroz
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

18



25 Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7 Macarrones Napolitana
Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

14



21



28 Pajaritas Napolitana
Merluza al Horno al Ajillo
Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

1 Macarrones Caseros
Pollo al Horno Marinado
Zanahorias Guisadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

8 Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Guisantes al Ajillo
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

15



22 Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

29 Alubias Pintas Guisadas
Lomo de Cerdo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

2 Arroz Campesina
Bacalao al Horno
Verduras al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

9 Crema Parmentiere
Tortilla Francesa
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

16



23 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

30 Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Jardinera de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

3 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

10 Potaje de Lentejas
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

17



24 Puchero de Lentejas
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas
Zanahoria al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

4 Potaje de Judías Blancas
Magro de Cerdo con Tomate
Patatitas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

11 Cazuela de Arroz
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

18



25 Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Triturado de Verduras con Pollo	2 Triturado de Brócoli con Pescado	3 Triturado de Zanahoria y Patata con Huevo	4 Triturado de Alubias con Cerdo
		Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas
7	Triturado de Zanahoria y Patata con Pavo	8 Triturado de Garbanzos con Pescado	9 Triturado de Verduras con Huevo	10 Triturado de Lentejas con Cerdo	11 Triturado de Verduras con Pescado
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas
14	 FESTIVO	15  FESTIVO	16  FESTIVO	17  FESTIVO	18  FESTIVO
21	 FESTIVO	22 Triturado de Garbanzos con Pescado	23 Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo	24 Triturado de Lentejas con Pescado	25 Triturado de Verduras con Huevo
		Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas
28	Triturado de Zanahoria y Patata con Pescado	29 Triturado de Alubias con Cerdo	30 Triturado de Verduras con Pescado		
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas Yogur Desnatado o Natural	Triturado de Frutas		

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pollo al Horno Marinado Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	2 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Bacalao al Horno Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	3 Sopa de Fideos Tortilla Francesa Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	4 Brócoli al Vapor Lomo de Cerdo a la Plancha Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado
7 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pavo al Horno Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	8 Cazuela de Patatas con Magro Dieta Merluza al Romero Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	9 Sopa de Fideos Tortilla Francesa Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	10 Coliflor Rehogada con Ajo Lomo de Cerdo a la Plancha Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	11 Arroz Blanco Cocido Palometa al Horno al Limón Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado
14  FESTIVO	15  FESTIVO	16  FESTIVO	17  FESTIVO	18  FESTIVO
21  FESTIVO	22 Coliflor Rehogada con Ajo Merluza al Horno Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	23 Cazuela de Patatas con Magro Pollo Asado Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	24 Brócoli al Pimentón Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	25 Arroz Blanco Rehogado Tortilla Francesa Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado
28 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Merluza al Horno al Ajillo Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	29 Coliflor Ajoarriero Lomo de Cerdo a la Plancha Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado	30 Arroz Blanco Salteado con Jamón York Abadejo Asado Pan Blanco Yogur Natural No Azucarado		

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7 Macarrones Napolitana
Redondo de Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

8 Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Guisantes al Ajillo
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

9 Crema Parmentiere
Tortilla Francesa
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

10 Potaje de Lentejas
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

11 Cazuela de Arroz
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

14

FESTIVO

15

FESTIVO

16

FESTIVO

17

FESTIVO

18

FESTIVO

21

FESTIVO

22 Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

23 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

24 Puchero de Lentejas
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas
Zanahoria al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

25 Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

28 Pajaritas Napolitana
Merluza al Horno al Ajillo
Patatitas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

29 Alubias Pintas Guisadas
Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

30 Arroz Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Jardinera de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

mediterránea