

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

Lentejas jardinera
Croquetas de jamón
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

02

Espaguetis con tomate
Filets de merluza en salsa verde
Pan
Fruta de temporada

03

Cocido Extremeño
Tortilla de patatas y cebolla
Pan
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada/ Yogurt

04

Crema de calabacín
Palometa en salsa de tomate
Pan integral
Fruta de temporada

07

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

08

Crema de calabaza
Albóndigas mixtas de ternera y
cerdo con salsa de verduras
Ensalada de tomate
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

09

Lentejas guisadas con patatas
Filetes de caballa al horno
Ensalada de lechuga y soja
Pan
Fruta de temporada

10

Macarrones gratinados
Revuelto de huevo,
patatas y champiñón
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

11

Alubias blancas
Croquetas de jamón
Ensalada de lechuga y tomate
Pan integral
Fruta de temporada

14

Macarrones con tomate
Filetes de jurel con ajo arriero
Pan
Fruta de temporada

15

Garbanzos con acelgas
Tortilla de patatas y calabacín
Ensalada de lechuga y tomate
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

16

Arroz con verduras
Filetes de merluza al horno con ajo
y perejil
Ensalada de lechuga y tomate
Pan
Fruta de temporada

17

Sopa de fideos
Hamburguesa de ave a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

18

Crema de verduras
Cinta de lomo al horno
Ensalada de lechuga y soja
Pan integral
Fruta de temporada

21

Sopa de pollo con arroz
Revuelto de huevo, patata y cebolla
Tortilla de patata y cebolla
Pan
Fruta de temporada

22

Crema de judías verdes y
zanahoria
Albóndigas mixtas de ternera y
cerdo en salsa española
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

23

Guiso de alubias blancas
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y maíz
Pan
Fruta de temporada

24

Espirales con calabacín
Filete San Pedro al horno con
verduritas
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

25

Estofado de lentejas con zanahoria
Cordón bleu
Ensalada de tomate
Pan integral
Fruta de temporada

28

Coditos en salsa de tomate
Filetes de merluza al horno con
limón
Ensalada de lechuga y tomate
Pan
Fruta de temporada

29

Garbanzos estofados con verduras
Croquetas de jamón
Ensalada de tomate
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt

30

Paella de pescado
Tortilla de patatas y espinacas
Ensalada de lechuga y soja
Pan
Fruta de temporada

31

Crema parmentier
Estofado de pollo al horno con
verduritas
Ensalada de lechuga y maíz
Pan
Fruta de temporada/ Yogurt