



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Pasta Napolitana Dieta Jamoncitos de Pollo al Horno Menestra Salteada Pan Fruta de Temporada	2 Alubias Blancas Estofadas Hamburguesa con Cebolla al Horno Calabaza Pan Integral Fruta de Temporada	3 Arroz con Tomate Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	4 Lentejas con Verduras Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Coliflor Ajoarriero Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	5 Crema de Zanahoria Bacalao al Horno al Ajillo Patatas al Horno Pan Fruta de Temporada
8 Arroz con Pollo Salmón al Horno en Salsa de Eneldo Zanahorias Salteadas Pan Fruta de Temporada	9 Crema de Verduras Pavo al Horno Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	10 Garbanzos Estofados Merluza al Horno Encebollada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	11 Pasta con Tomate Dieta Magro de Cerdo Judías Verdes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	12 Alubias Blancas Guisadas Filete de pollo a la plancha Calabacín Pan Fruta de Temporada
15 Crema de Calabacín Albóndigas de Cerdo a la Jardinera Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada	16 Arroz con Tomate Jurel al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	17 Potaje de Lentejas con Calabaza Bacalao al Horno Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	18 Pasta Napolitana Dieta Pollo al Horno Marinado Champiñones Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	19 
22 Arroz con Verduras Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	23 Garbanzos con Verduras Filete de pollo a la plancha Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	24 Crema de Zanahoria Redondo de Pavo Arroz Pilaf Pan Fruta de Temporada	25 Lentejas Estofadas Salmón al Horno al Limón Menestra Encebollada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	26 Pasta a la Provenzal Dieta Ternera al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Yogur de Soja

Sin Lactosa Sin Huevo