

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduras al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes

- 3** Crema de Verduras
Merluza al Horno
Guisantes Salteados
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 10** Pasta Napolitana Dieta
Redondo de Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 17** Alubias Blancas Guisadas
Salchichas al Horno
Patatitas Asadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 24** Pasta con Tomate Dieta
Tortilla Francesa
Patatas Panaderas al Horno
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Martes

- 4** Pasta con Tomate Dieta
Pollo al Horno Marinado
Zanahorias Guisadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 11** Garbanzos Guisados
Merluza al Romero
Guisantes al Ajillo
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 18** Pasta con Verduras Dieta
Merluza al Horno en Salsa de Adobo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 25** Garbanzos Estofados
Merluza al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

Miércoles

- 5** Arroz Campesina
Bacalao al Horno
Verduritas al Vapor
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 12** Crema Parmentiere
Tortilla Francesa
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 19** Arroz Integral a la Cubana
Alitas de Pollo Asadas con Pimentón
Salteado Campestre
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 26** Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Guisantes Salteados
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Jueves

- 6** Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 13** Pasta con Tomate Dieta
Lomo de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 20** Sopa de Fideos Dieta
Tortilla de Espinacas
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

- 27** Sopa de Fideos Dieta
Filete de Salmón a Las Finas Hierbas
Zanahoria al Vapor
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Desnatado o Natural

Viernes

- 7** Potaje de Judías Blancas
Magro de Cerdo con Tomate
Patatitas Rehogadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 14** Cazuela de Arroz
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 21** Crema Hortelana
Abadejo al Ajillo
Zanahorias Rehogadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 28** Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Pasta con Tomate Dieta Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduras al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Pasta Napolitana Dieta Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>5 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduras al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campesino Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Pavo al Horno Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Pollo al Horno Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Lomo al Horno Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Lomo al Horno Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno</p> <p>Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Pasta con Tomate Dieta Pollo al Horno Marinado</p> <p>Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>5 Arroz Campesina Bacalao al Horno</p> <p>Verduras al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate</p> <p>Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Pasta Napolitana Dieta Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>12 Crema Parmentiere Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado</p> <p>Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas</p> <p>Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>	<p>28 Paella de Verduras Salchichas Encebolladas</p> <p>Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Dieta Merluza al Horno</p> <p>Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pollo al Horno Marinado</p> <p>Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz con Verduras Buñuelos de Bacalao</p> <p>Verduras al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín</p> <p>Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Dieta Lomo de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Arroz con Verduras Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Dieta</p> <p>Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Pasta con Verduras Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Verduras Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Dieta Merluza al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado</p> <p>Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Dietas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas</p> <p>Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Arroz con Verduras Tortilla de Calabacín</p> <p>Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Lomo de Cerdo a la Plancha Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Pasta con Tomate Dieta Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Pasta Napolitana Dieta Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Alubias Pintas Guisadas Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Alubias Estofadas Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	5 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduras al Vapor Fruta de Temporada Permitida	6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Fruta de Temporada Permitida
10	Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida
17	Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas Fruta de Temporada Permitida	18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Fruta de Temporada Permitida	20 Lentejas Estofadas Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Fruta de Temporada Permitida
24	Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Fruta de Temporada Permitida	25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural	28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida

mediterránea