

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	5 Crema Hortelana Filete de Abadejo con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	7 Garbanzos con Verduras Merluza al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada
10 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Brócoli al Pimentón Palometa a las Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	12 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Pasta Napolitana Dieta Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	14 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa con Patatas a lo Pobre Pan Sin Gluten Fruta de Temporada
17 Arroz Integral Campesina Abadejo en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	18 Puchero Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	19 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo al Horno Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Brócoli al Vapor Tortilla de Espinacas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	21 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada
24 Potaje de Judías Blancas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	25 Arroz Integral a la Cubana Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural	26 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	27	28

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	4 Lentejas Estofadas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	5 Crema Hortelana Filete de Pollo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	7 Garbanzos con Verduras Lomo de Cerdo a la Plancha Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada
10 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	11 Lentejas Estofadas Pavo Encebollado Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	12 Paella de Verduras Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	13 Pasta Napolitana Dieta Filete de Pollo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	14 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Pan Integral Fruta de Temporada
17 Arroz Integral Campesina Pavo al Horno a Las Finas Hierbas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	18 Puchero Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	19 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo al Horno Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	20 Lentejas Caseras Lomo de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	21 Pasta a la Provenzal Dieta Filete de Pollo a la Plancha Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada
24 Potaje de Judías Blancas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	25 Arroz Integral a la Cubana Filete de Pollo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	26 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada	27	28

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	4 Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	5 Crema Hortelana Filete de Abadejo con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	7 Garbanzos con Verduras Merluza al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada
10 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	11 Brócoli al Pimentón Palometa a las Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	12 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	13 Macarrones Napolitana Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	14 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa con Patatas a lo Pobre Pan Integral Fruta de Temporada
17 Arroz Integral Campesina Abadejo en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	18 Puchero Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	19 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo al Horno Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	20 Brócoli al Vapor Tortilla de Espinacas Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	21 Pasta en Salsa Provenzal Palometa Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada
24 Potaje de Judías Blancas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	25 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural	26 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada	27	28

mediterránea