

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Espirales a la boloñesa	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín)	Crema de calabacín	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria)
Arroz con tomate con huevo duro	Merluza a la plancha con zanahoria salteada	Pinchitos de pollo con champiñón salteado	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladito a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural	Fruta fresca
				Pan integral
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún	Lentejas con zanahoria y cebolla	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nímienta)	Espaguetis con tomate	Crema de zanahoria
Paella de pollo	Jamonicos de pollo asado con champiñón salteado	Tortilla francesa Ensalada de lechuga y olivas	Tilapia al horno con judías verdes salteadas	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural	Fruta fresca
				Pan integral
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla)	Macarrones con tomate	Crema de calabaza	Ensalada de lechuga, tomate y huevo	Arroz blanco con tomate
Caella a la plancha con champiñón	Huevos cocidos con ensalada de lechuga y zanahoria	Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate	Magro con tomate	Salchichas Frankfurt al horno con zanahoria salteada
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural	Fruta fresca
				Pan integral
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas con verduras	Crema de zanahoria	Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro	Arroz con verduras (judía verde, calabacín y pimiento)	Guiso de patatas con pollo
Estofado de magro de cerdo a la jardinera	Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Espirales de colores con atún	Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) con ensalada de lechuga y maíz	Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural	Fruta fresca
				Pan integral
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Crema de verduras	Alubias blancas al estilo casero (*)	Guiso de patatas con pescado		
Hamburguesa a la plancha con champiñón	Magro con tomate con menestra de verduras	Revuelto de calabacín y cebolla con ensalada de lechuga y zanahoria		
Fruta fresca	Yogur desnatado natural	Fruta fresca		
En todos los menús se incluye agua y pan.				