

LUNES 30	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Lentejas con verduras 	Patatas guisadas a la marinera 	Arroz blanco hervido (*) 
	Espirales a la boloñesa 	Merluza al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria 	Tortilla francesa con guisantes salteados 	Magro con tomate con judías verdes salteadas 
	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Macarrones con tomate 	Crema de zanahoria 	Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 
Paella de pollo y verduras 	Cinta de lomo de cerdo al horno	Bacalao al horno con menestra de verduras 	Tortilla francesa Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Cazuela de fideos 	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) 	Crema de calabaza 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Potaje de alubias con verduras 
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz 	Abadejo a la plancha con judías verdes salteadas 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria 	Paella de marisco 	Jamonicos de pollo asado en su jugo Zanahorias salteadas 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz blanco con tomate Salchichas plancha 	Lentejas con verduras 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Patatas guisadas con verduras 	Crema de judía verde y zanahoria (*) 
Tortilla de calabacín 	Merluza al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Macarrones con verduras 	Rape al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Filete de lomo de cerdo a la plancha
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro 	Crema de calabaza 	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) 	Ensalada de lechuga, tomate y olivas 	
Paella de carne 	Lomo de cerdo al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria 	Bacaladilla a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de magro de cerdo a la plancha	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	
En todos los menús se incluye agua y pan.				