

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Pasta con Atún Lomo Asado en su Jugo * Pan Integral Fruta de Temporada	2  FESTIVO	3  FESTIVO
6 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada	Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas	Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor	Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas	Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz	
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral con Verduras Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Dieta Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta Salteada con Ajo Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Dietas Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Dieta Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3



FESTIVO



FESTIVO

6

7

Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

8

Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

9

Potaje de Lentejas
Filete de Abadejo al Horno
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada

10

Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

13

Alubias Blancas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

14

Pasta a la Napolitana
Merluza al Vapor en Adobo
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

15

Arroz Integral a la Cubana
Caballitas en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

16

Lentejas Estofadas
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

17

Crema Hortelana
Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil
Pisto Riojano
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

20

Pasta con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

21

Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

22

Crema de Zanahoria y Boniato
Filete de Abadejo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

23

Lentejas Guisadas
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

24

Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

27

Pasta a la Napolitana
Merluza Asada

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

28

Alubias Pintas Estofadas
Tortilla Francesa

Zanahorias Guisadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

29

Arroz Integral Campesina
Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

30

Puchero Andaluz
Tortilla de Patata y Cebolla

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos Guisados Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Blancas Estofadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Filete de Abadejo al Horno Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Pavo al Horno Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Chuleta de Pavo Asada Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Pinchito de Pollo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
				
			FESTIVO	FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Filete de Abadejo al Horno Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Caballitas en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Filete de Abadejo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Yogur de Soja	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Yogur de Soja	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Yogur de Soja	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Yogur de Soja	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Yogur de Soja	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Yogur de Soja	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos Guisados Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Blancas Estofadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Filete de Abadejo al Horno Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz	
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
				
			FESTIVO	FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz	
Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes

1

2

3



6

7

Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Yogur Natural

8

Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Yogur Natural

9

Potaje de Lentejas
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Yogur Natural

10

Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Yogur Natural

13

Alubias Blancas Estofadas
Salchichas al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Yogur Natural

14

Pasta a la Napolitana
Merluza al Vapor en Adobo
Judías Verdes Rehogadas
Pan Integral
Yogur Natural

15

Arroz Integral a la Cubana
Alitas de Pollo Asadas con Pimentón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Yogur Natural

16

Lentejas Estofadas
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada Verde
Pan Integral
Yogur Natural

17

Crema Hortelana
Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil
Pisto Riojano
Pan Integral
Yogur Natural

20

Pasta con Tomate
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Yogur Natural

21

Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados
Pan Integral
Yogur Natural

22

Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Yogur Natural

23

Lentejas Guisadas
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Yogur Natural

24

Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Yogur Natural

27

Pasta a la Napolitana
Merluza Asada
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Yogur Natural

28

Alubias Pintas Estofadas
Redondo de Pavo al Horno
Zanahorias Guisadas
Pan Integral
Yogur Natural

29

Arroz Integral Campesina
Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde
Ensalada Verde
Pan Integral
Yogur Natural

30

Puchero Andaluz
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Sin Patata Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Sin Patata Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Sin Patata Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz (Sin Arroz) Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Jamonicitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
				
			FESTIVO	FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos Guisados Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Blancas Estofadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Judías Verdes Salteadas Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Coliflor Rehogada con Ajo Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano
Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde
Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz	
Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	Yogur Natural	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta Napolitana Dieta Chuleta de Pavo Asada Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Filete de Cerdo a la Gallega Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta Napolitana Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Jamoncitos de Pollo Horneados Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Chuleta de Pavo Asada Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Filete de Cerdo a la Gallega Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Vapor al Romero <i>Ensalada de Lechuga y Maíz</i> Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	9 <i>Brócoli al Pimentón</i> Lomo Fresco de Cerdo en Salsa <i>Zanahorias Guisadas</i> Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Yogur Natural
13 <i>Crema de Calabaza y Patata</i> <i>Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	14 <i>Coliflor Ajoarriero</i> Merluza al Vapor en Adobo <i>Patatas Rehogadas</i> Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	16 <i>Brócoli al Vapor</i> Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada Yogur Natural
20 <i>Crema de Verduras</i> Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	21 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Limón Horneada <i>Pisto de Verduras</i> Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	23 <i>Champiñones Encebollados</i> Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	24 <i>Paella Integral de Verduras (Sin Judías Verdes, sin Guisantes)</i> Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Yogur Natural
27 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	28 <i>Crema de Verduras</i> <i>Pavo al Horno</i> Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	29 <i>Arroz Integral con Verduras</i> Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	30 <i>Brócoli al Pimentón</i> Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Sopa de Arroz Integral Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Yogur Natural	Brócoli al Pimentón Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Zanahorias Guisadas Yogur Natural	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural
13	14	15	16	17
Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Coliflor Rehogada con Ajo Yogur Natural	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	Brócoli al Vapor Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Yogur Natural	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	Sopa de Arroz Integral Tortilla Francesa Pisto de Verduras Yogur Natural	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	Champiñones Encebollados Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Yogur Natural	Paella Integral de Verduras (Sin Judías Verdes, sin Guisantes) Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	Crema de Verduras Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Yogur Natural	Arroz Integral con Verduras Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Yogur Natural	Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Crema de Calabaza y Patata Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Verduras Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
				1		2		3	
						 FESTIVO		 FESTIVO	
6		7	Garbanzos Guisados 165g de Garbanzos 3 R de HC Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral 40g de Arroz 1 R de HC Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	8	Crema de Zanahoria y Boniato 200g de Zanahoria, 50g de Boniato 2 R de HC Tortilla de Patata y Espinacas 145g de Tortilla 2 R de HC Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	9	Potaje de Judías Blancas 200g de Alubias 4 R de HC Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada (Poca Cantidad) Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	10	Cazuela de Arroz Integral 152g de Arroz 4 R de HC Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
13	Alubias Blancas Estofadas 220g de Alubias 4 R de HC Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	14	Pasta Napolitana Dieta 135g 3 R de HC Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas (Poca Cantidad) Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	15	Arroz Integral a la Cubana 152g de Arroz 4 R de HC Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	16	Garbanzos Guisados 165g de Garbanzos 3 R de HC Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	17	Crema Hortelana 100g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2,5 R de HC Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Patatitas al Horno 35g de Patatas 1 R de HC Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
20	Pasta con Tomate Dieta 180 g de Pasta 4 R de HC Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	21	Garbanzos con Verduras 220g de Garbanzos 4 R de HC Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados (poca cantidad) Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	22	Crema de Zanahoria y Boniato 200g de Zanahoria, 50g de Boniato y 65g de Patata 3R de HC Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	23	Alubias Blancas Estofadas 220g de Alubias 4 R de HC Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor (poca cantidad) Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	24	Paella Integral de Verduras 114g de Arroz 3 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 107g de Tortilla 1,5 R de HC Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
27	Pasta Napolitana Dieta 135g 3 R de HC Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	28	Alubias Pintas Estofadas 220g de Alubias 4 R de HC Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas (poca cantidad) Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	29	Arroz Integral Campesina 152g de Arroz 4 R de HC Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	30	Puchero Andaluz 100g de Garbanzos y 40g de Arroz Integral 3R de H.C Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC		

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Vapor al Romero <i>Ensalada de Lechuga y Maíz</i> Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas <i>Filete de Abadejo al Horno</i> <i>Zanahorias Guisadas</i> Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur de Soja</i>
13 Alubias Blancas Estofadas <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo <i>Coliflor Rehogada con Ajo</i> Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur de Soja</i>
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 <i>Paella Integral de Verduras (Sin Judías Verdes, sin Guisantes)</i> Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur de Soja</i>
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas <i>Pavo al Horno</i> Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 <i>Arroz Integral con Verduras</i> Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Vapor al Romero <i>Ensalada de Lechuga y Maíz</i> Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 <i>Brócoli al Pimentón</i> Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 <i>Crema de Calabaza y Patata</i> Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 <i>Brócoli al Vapor</i> Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 <i>Champiñones Encebollados</i> Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 <i>Crema de Verduras</i> Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 <i>Brócoli al Pimentón</i> Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamonicitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Dieta Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta Salteada con Ajo Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Dietas Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Dieta Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Crema de Calabaza y Patata Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Verduras Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
				
			FESTIVO	FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Verduras Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Brócoli al Pimentón Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Judías Verdes Salteadas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Coliflor Rehogada con Ajo Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz (Sin Arroz) Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta Salteada con Ajo Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Sopa de Arroz Integral Merluza al Vapor al Romero Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	8 Pasta con Tomate Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Pasta con Verduras Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Arroz Integral con Verduras Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Pasta en Salsa Provenzal Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Sopa de Arroz Integral Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Sopa de Arroz Integral Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Pasta Salteada con Ajo Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Sopa de Arroz Integral Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Pasta con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Dieta Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Dieta Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Verduritas al Vapor Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta Salteada con Ajo Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Dietas Tortilla Francesa Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Dieta Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Dieta Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta Salteada con Ajo Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Dietas Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Dieta Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Garbanzos Guisados Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Alubias Blancas Estofadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Jamonicitos de Pollo Horneados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2



3



6

7

Triturado de Garbanzos con Pescado

8

Triturado de Zanahoria y Patata con Huevo

9

Triturado de Lentejas con Cerdo

10

Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Yogur Natural

13

Triturado de Alubias con Pavo

14

Triturado de Verduras con Pescado

15

Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pollo

16

Triturado de Lentejas con Huevo

17

Triturado de Verduras con Pescado

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Yogur Natural

20

Triturado de Verduras con Pavo

21

Triturado de Garbanzos con Pescado

22

Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo

23

Triturado de Lentejas con Pescado

24

Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Huevo

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Yogur Natural

27

Triturado de Verduras con Pescado

28

Triturado de Alubias con Pavo

29

Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado

30

Triturado de Garbanzos con Huevo

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

Triturado de Frutas

mediterránea

ABRIL 2026

Triturado - Niños hasta 5 años - Cocina Central de Extremadura

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Triturado de Garbanzos con Pescado	8 Triturado de Zanahoria y Patata con Huevo	9 Triturado de Lentejas con Cerdo	10 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
13 Triturado de Alubias con Pavo	14 Triturado de Verduras con Pescado	15 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pollo	16 Triturado de Lentejas con Huevo	17 Triturado de Verduras con Pescado
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
20 Triturado de Verduras con Pavo	21 Triturado de Garbanzos con Pescado	22 Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo	23 Triturado de Lentejas con Pescado	24 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Huevo
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
27 Triturado de Verduras con Pescado	28 Triturado de Alubias con Pavo	29 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	30 Triturado de Garbanzos con Huevo	
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Triturado de Garbanzos con Pescado	8 Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo	9 Triturado de Lentejas con Cerdo	10 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
13 Triturado de Alubias con Pavo	14 Triturado de Verduras con Pescado	15 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pollo	16 Triturado de Lentejas con Cerdo	17 Triturado de Verduras con Pescado
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
20 Triturado de Verduras con Pavo	21 Triturado de Garbanzos con Pescado	22 Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo	23 Triturado de Lentejas con Pescado	24 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pollo
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
27 Triturado de Verduras con Pescado	28 Triturado de Alubias con Pavo	29 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	30 Triturado de Garbanzos con Cerdo	
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Triturado de Verduras con Pescado	8 Triturado de Zanahoria y Patata con Huevo	9 Triturado de Verduras con Cerdo	10 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado
	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
13 Triturado de Verduras con Pavo	14 Triturado de Verduras con Pescado	15 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pollo	16 Triturado de Verduras con Huevo	17 Triturado de Verduras con Pescado
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
20 Triturado de Verduras con Pavo	21 Triturado de Verduras con Pescado	22 Triturado de Zanahoria y Patata con Pollo	23 Triturado de Verduras con Pescado	24 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Huevo
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Yogur Natural
27 Triturado de Verduras con Pescado	28 Triturado de Verduras con Pavo	29 Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	30 Triturado de Verduras con Huevo	
Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	Triturado de Frutas	

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3



6

7

Champiñones Rehogadas con un Chorrito de Aceite
Merluza al Vapor

8

Brócoli al Pimentón
Tortilla Francesa

9

Pasta Salteada con Ajo
Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha

10

Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Palometa al Horno al Limón

Pan
Yogur Natural

Pan
Yogur Natural

Pan
Yogur Natural

Pan
Yogur Natural

13

Champiñones Encebollados

Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha

Pan
Yogur Natural

14

Pasta Salteada con Ajo

Merluza al Vapor

Pan
Yogur Natural

15

Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Alitas de Pollo Asadas con Pimentón

Pan
Yogur Natural

16

Brócoli al Vapor
Tortilla Francesa

Pan
Yogur Natural

17

Judías Verdes Salteadas
Filete de Abadejo al Horno

Pan
Yogur Natural

20

Pasta Salteada con Ajo
Pavo al Horno

Pan
Yogur Natural

21

Sopa de Arroz Blanco
Merluza al Limón Horneada

Pan
Yogur Natural

22

Coliflor Rehogada con Ajo
Pollo Asado

Pan
Yogur Natural

23

Champiñones Encebollados
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas

Pan
Yogur Natural

24

Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Tortilla Francesa

Pan
Yogur Natural

27

Pasta Salteada con Pollo
Merluza Asada

Pan
Yogur Natural

28

Champiñones Encebollados

Pan
Yogur Natural

29

Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite
Filete de Abadejo al Horno

Pan
Yogur Natural

30

Brócoli al Pimentón
Tortilla Francesa

Pan
Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Champiñones Rehogadas con un Chorrito de Aceite Merluza al Vapor Pan Fruta de Temporada Permitida	8 Brócoli al Pimentón Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	9 Pasta Salteada con Ajo Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Fruta de Temporada Permitida	10 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Palometa al Horno al Limón Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Champiñones Encebollados Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta Salteada con Ajo Merluza al Vapor Pan Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Pan Fruta de Temporada Permitida	16 Brócoli al Vapor Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	17 Judías Verdes Salteadas Filete de Abadejo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta Salteada con Ajo Pavo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	21 Sopa de Arroz Blanco Merluza al Limón Horneada Pan Fruta de Temporada Permitida	22 Coliflor Rehogada con Ajo Pollo Asado Pan Fruta de Temporada Permitida	23 Champiñones Encebollados Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Pan Fruta de Temporada Permitida	24 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta Salteada con Pollo Merluza Asada Pan Fruta de Temporada Permitida	28 Champiñones Encebollados Pavo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Filete de Abadejo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	30 Brócoli al Pimentón Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
				1		2		3	
						 FESTIVO		 FESTIVO	
6		7		8		9		10	
		Sopa de Arroz Blanco Merluza al Vapor Romero (sin ajo,sin perejil) Verduritas al Vapor (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Guisantes Salteados (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Brócoli al Pimentón Sin Ajo Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha (sin ajo) Menestra Rehogada (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite (Sin ajo) Palometa al Horno al Limón (Sin ajo,sin perejil) Judías Verdes Rehogadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida Yogur de Soja	
13		14		15		16		17	
Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha (sin ajo) Arroz Blanco (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Pasta Salteada sin Ajo Dieta Merluza al Vapor en Adobo (sin ajo) Judías Verdes Rehogadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite (Sin ajo) Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Menestra al Vapor (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Brócoli al Vapor Sin Ajo y sin Perejil Tortilla Francesa Patatas Rehogadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Crema de Verduras (Patata, Calabacín, Zanahoria) Filete de Abadejo al Horno (sin perejil) Verduritas al Vapor (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida Yogur de Soja	
20		21		22		23		24	
Pasta Salteada sin Ajo Dieta Pavo al Horno (sin ajo,sin perejil) Menestra Salteada (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Sopa de Arroz Blanco Merluza al Limón Horneada (sin ajo,sin perejil) Guisantes Salteados (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Sin Ajo Patatas Rehogadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Coliflor con un chorrito de Aceite Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas (sin ajo) Zanahorias al Vapor (Sin Ajo y sin Perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Judías Verdes Salteadas (Sin ajo) Tortilla de Patata y Calabacín Verduritas Guisadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida Yogur de Soja	
27		28		29		30			
Pasta Salteada sin Ajo Dieta Merluza Asada Sin Ajo Guisantes Salteados (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Crema de Verduras (Patata, Calabacín, Zanahoria) Pavo al Horno (sin ajo,sin perejil) Zanahorias Guisadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite (Sin ajo) Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde (sin ajo,sin perejil) Judías Verdes Rehogadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida		Brócoli al Pimentón Sin Ajo Tortilla Francesa Patatas Rehogadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Fruta de Temporada Permitida	10 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	14 Pasta a la Napolitana Merluza al Vapor en Adobo Judías Verdes Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	21 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	23 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	29 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7 Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	8 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	9 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	10 Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
13 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	14 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	15 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	16 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
20 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	21 Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	22 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	23 Lentejas Guisadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	24 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
27 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	28 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	29 Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	30 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
			 FESTIVO	 FESTIVO
6	7	8	9	10
	Garbanzos Guisados Pollo Asado Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
13	14	15	16	17
Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Pasta Napolitana Dieta Tortilla Francesa Judías Verdes Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos Guisados Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
20	21	22	23	24
Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Blancas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
27	28	29	30	
Pasta Napolitana Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Arroz Integral Campesina Pollo asado con Chimichurri Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	

mediterránea