

Lunes

- 3 Pasta con Tomate
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

Martes

- 4 Garbanzos con Verduras
Merluza al Horno al Limón
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

Miércoles

- 5 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

Jueves

- 6 Brócoli al Pimentón
Palometa a las Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

Viernes

- 7 Paella de Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

10 Macarrones Napolitana

Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

11 Alubias Pintas Estofadas
Huevos Cocidos con Patatas a lo Pobre
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

12 Arroz Integral Campesina
Abadejo en Salsa Verde
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

13 Puchero
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

14 Crema Hortelana
Jamoncitos de Pollo al Horno
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

17 Crema de Verduras

Tortilla de Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

18 Pasta en Salsa Provenzal
Palometa Encebollada
Zanahorias Guisadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

19 Potaje de Judías Blancas
Filete de Cerdo a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

20 Arroz Integral a la Cubana
Palitos de Merluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

21 Crema de Puerro y Zanahoria
Redondo de Pavo al Horno
Pisto Riojano
Pan Integral
Fruta de Temporada

24 Macarrones Capresse

Caballitas en Aceite
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

25 Garbanzos Guisados
Pollo con Chimichurri
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

26 Crema Solferino
Abadejo a la Vizcaína
Patatas Asadas
Pan Integral
Fruta de Temporada

27

28

mediterránea