



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Puré de verduras Tortilla francesa con ensalada de tomate Fruta de temporada	Arroz integral 3 delicias (zanahoria, guisantes y maíz) Merluza al horno con patatas Fruta de temporada	DIA PROTEÍNA VEGETAL Garbanzos guisados con verduras Veggies hamburguesas con ensalada verde Fruta de temporada	Crema de verduras Ternera guisada con patatas Fruta de temporada	Macarrones integrales con tomate frito casero Pechugas de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada
Fruta de temporada Pan integral con queso tierno	Vaso de leche entera Pan integral con hummus	Yogur natural sin azúcar con fruta de temporada	Vaso de leche entera con galletas caseras avena	Fruta de temporada Pan integral con guacamole
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Espaguetis integrales a la napolitana Merluza al horno con toque de ajo y perejil y ensalada verde variada Fruta de temporada	Puré de calabacín Dados de pollo en salsa con ensalada Fruta de temporada	Lentejas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada verde Fruta de temporada	DIA PROTEÍNA VEGETAL Crema de verduras Lasaña de verduras con guarnición de ensalada Fruta de temporada	Arroz integral con tomate frito casero Albóndigas de ternera con patatas Fruta de temporada
Fruta de temporada Pan integral con queso tierno	Vaso de leche entera Pan integral con hummus	Yogur natural sin azúcar con fruta de temporada	Vaso de leche entera con galletas caseras avena	Fruta de temporada Pan integral con guacamole
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
DIA PROTEÍNA VEGETAL Vichyssoise Espirales vegetales con boloñesa de lentejas Fruta de temporada	Arroz blanco salteado con champiñones Merluza al horno con toque de limón Fruta de temporada	Espaguetis integrales a la boloñesa de ternera Tortilla francesa con queso y ensalada Fruta de temporada	Alubias guisadas con verduras Pechugas de pollo a la plancha con ensalada Fruta de temporada	Puré de zanahoria Merluza a la romana y ensalada verde variada Fruta de temporada
Fruta de temporada Pan integral con queso tierno	Vaso de leche entera Pan integral con hummus	Yogur natural sin azúcar con fruta de temporada	Vaso de leche entera con galletas caseras de avena	Fruta de temporada Pan integral con guacamole
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Patatas guisadas Paella de verduras y con pollo Fruta de temporada	DIA PROTEÍNA VEGETAL Crema de coliflor con patata Veggie Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada	Sopa de cocido Cocido completo (pollo, morcillo, patata, zanahoria y garbanzos) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras Merluza al horno con patatas y verduras Fruta de temporada	Crema de guisantes Tortilla de patatas con ensalada verde variada Fruta de temporada
Fruta de temporada Pan integral con queso tierno	Vaso de leche entera Pan integral con hummus	Yogur natural sin azúcar con fruta de temporada	Vaso de leche entera con galletas caseras avena	Fruta de temporada Pan integral con guacamole