

Lunes

5 Lentejas Estofadas
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

12 Crema de Calabaza

Albóndigas de Merluza con Tomate
Arroz Pilaf
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

19 Potaje de Garbanzos con Calabacín
Tortilla Francesa

Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

26 Potaje de Lentejas con Calabaza

Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

Martes

6 Crema de Verduras
Abadejo al Horno

Patatas Panaderas al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

13 Alubias Blancas Guisadas

Abadejo al Horno al Limón
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

20 Crema de Zanahoria
Hamburguesa de Jibia al Horno con Cebolla

Patatas Panaderas al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

27 Crema de Verduras

Caella al Horno
Arroz Pilaf
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo

Miércoles

7 Garbanzos Estofados
Tortilla de Patata Con Cebolla

Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

14 Garbanzos con Verduras (Puchero sin Carne)
Caella al Horno

Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

21 Lentejas con Verduras
Tortilla de Patata Con Cebolla

Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

28 Cazuela de Patatas con Bacalao

Tortilla Francesa
Ensalada de Tomate
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Jueves

1 Crema Hortelana
Bacalao al Horno con Cebolla
Arroz Pilaf
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

8 Tallarines con Tomate y Verduras
Varitas de Merluza

Zanahorias al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

15 Espirales con Tomate y Queso

Tortilla de Patatas con Calabacín
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

22 Paella de Verduras
Abadejo a la Vizcaina

Zanahorias al Vapor
Pan 50g.
Fruta Temporada

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

29 Espaguetis con Tomate, Champiñón y Berenjena
Tortilla de Patata Con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

Viernes

2 Lacitos con Tomate y Orégano
Merluza al Horno en Salsa Verde
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

9 Arroz con Tomate
Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo

16 Arroz Caldoso de Verduras

Merluza al Horno con Salsa Atomatada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Huevo + Fruta

23 Macarrones con Tomate y Albahaca
Salmón al Horno en Salsa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

30 Arroz con Tomate

Abadejo a Las Finas Hierbas
Pimientos asados
Pan Integral 50g.
Fruta Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta