

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Espirales a la boloñesa 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Crema de calabacín 	Cocido completo (garbanzos, carne de cerdo y zanahoria) 
Arroz con tomate con huevo duro 	Merluza a la plancha con zanahoria salteada 	Pinchitos de pollo con champiñón salteado 	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate 	Bacaladito a la plancha con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Lentejas con zanahoria y cebolla 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento) 	Espaguetis con tomate 	Crema de zanahoria 
Paella de pollo 	Jamonicitos de pollo asado con champiñón salteado 	Tortilla francesa Ensalada de lechuga y olivas 	Tilapia al horno con judías verdes salteadas 	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) 	Macarrones con tomate 	Crema de calabaza 	Ensalada de lechuga, tomate y huevo 	Arroz blanco con tomate 
Caella a la plancha con champiñón 	Huevos cocidos con ensalada de lechuga y zanahoria 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Magro con tomate 	Salchichas Frankfurt al horno con zanahoria salteada 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas con verduras 	Crema de zanahoria 	Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo duro 	Arroz con verduras (judía verde, calabacín y pimiento) 	Guiso de patatas con pollo 
Estofado de magro de cerdo a la jardinera 	Bacalao al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Espirales de colores con atún 	Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) con ensalada de lechuga y maíz 	Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y zanahoria 
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca
				Pan integral 
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Crema de verduras 	Alubias blancas al estilo casero (*) 	Guiso de patatas con pescado 		
Hamburguesa a la plancha con champiñón 	Magro con tomate con menestra de verduras 	Revuelto de calabacín y cebolla con ensalada de lechuga y zanahoria 		
Fruta fresca	Yogur desnatado natural 	Fruta fresca		
En todos los menús se incluye agua y pan.				