

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Pasta sin Gluten Amatriciana  
Alitas de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

2 Crema de Verduras  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

3 Judías Verdes Rehogadas  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Revolconas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

4 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

7 Estofado de Patatas con Verduras  
Salchichas Frescas al Vino  
  
Zanahorias al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

8 Arroz a Banda  
Pollo en Pepitoria  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

9 Pasta Sin Gluten Napolitana  
Salmón al Horno  
  
Champiñón Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

10 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

11 Brocoli Salteado  
Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

14 Crema de Calabacín  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

15 Arroz Campesina  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

16 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

17 Pasta Sin Gluten al Gratén  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

18 Estofado de Patatas con Verduras  
Palometa a la Riojana  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria  
Pasta Sin Gluten Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22 Menestra de Verduras Rehogada  
Escalope de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo

23 Sopa de Arroz  
Jurel al Ajillo  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

24 Patatas Guisadas con Chorizo  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas  
Limanda al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

28 Paella de Marisco  
Cinta de Lomo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

29 Crema de Coliflor  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Lácteo

30 Pasta Sin Gluten con Tomate  
Huevos En Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

31 Estofado de Patatas con Verduras  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

mediterránea

## Lunes

1 Pasta con Tomate  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Lácteo

7 Estofado de Patatas con Verduras  
Merluza al Horno  
  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

14 Crema de Calabacín  
Limanda al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria  
Pasta con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

28 Paella de Marisco  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

## Martes

8 Arroz a Banda  
Tortilla Francesa  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

15 Arroz Campesina  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

22 Menestra de Verduras Rehogada  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Lácteo

29 Crema de Coliflor  
Palometa al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Miércoles

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

9 Macarrones Napolitana  
Salmón al Horno  
  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

16 Sopa de Fideos  
Garbanzos Estofados con Verduras  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

23 Sopa de Arroz  
Jurel al Ajillo  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

30 Macarrones con Tomate  
Huevos En Salsa  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

## Jueves

3 Judías Verdes Rehogadas  
Limanda al Horno  
Patatas Revolconas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Legumbre + Fruta

10 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

17 Coditos al Gratén  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Fruta

24 Estofado de Patatas con Verduras  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

31 Lentejas Estofadas con Verduras  
Crujiente de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

## Viernes

4 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

11 Brocoli Salteado  
Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

18 Lentejas Estofadas con Verduras  
Palometa a la Riojana  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas  
Limanda al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pasta sin Huevo Amatriciana Alitas de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	3 Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Revolconas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	4 Arroz con Tomate Limanda al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta
7 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas Frescas al Vino  Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	8 Arroz a Banda Pollo en Pepitoria  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Lácteo	9 Pasta Sin Huevo Napolitana Salmón al Horno  Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	10 Judías Blancas Estofadas con Verduras Cinta de Lomo al Horno  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	11 Brocoli Salteado Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Verdura + Fruta
14 Crema de Calabacín Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	15 Arroz Campesina Sin Guisantes Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	16 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	17 Pasta Sin Huevo al Gratén Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Palometa a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	22 Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	23 Sopa de Arroz Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	24 Patatas Guisadas con Chorizo Chuleta de Cerdo de Sajonia Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Limanda al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
28 Paella de Marisco Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	29 Crema de Coliflor Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	30 Pasta Sin Huevo con Tomate Salchichas Frescas al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	31 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Espirales Amatriciana Alitas de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo de Soja	2 Lentejas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	3 Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Revolconas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	4 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
7 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas Frescas al Vino  Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	8 Arroz a Banda Pollo en Pepitoria  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo de Soja	9 Macarrones Napolitana Salmón al Horno  Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	10 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	11 Brocoli Salteado Potaje de Garbanzos con Espinacas y Bacalao Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta
14 Crema de Calabacín Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	15 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo de Soja	16 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	17 Pasta con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Palometa a la Riojana Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria Pasta Boloñesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	22 Menestra de Verduras Rehogada Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo de Soja	23 Sopa de Arroz Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	24 Patatas Guisadas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Limanda al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta
28 Paella de Marisco Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	29 Crema de Coliflor Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo de Soja	30 Macarrones con Tomate Huevos En Salsa Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	31 Lentejas Estofadas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Fruta	

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pasta sin Huevo Amatriciana Alitas de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	2 Crema de Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	3 Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Revolconas Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	4 Arroz con Tomate Limanda al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta
7 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas Frescas al Vino Zanahorias al Ajillo. Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	8 Arroz a Banda Pollo en Pepitoria Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	9 Pasta Sin Huevo con Tomate Salmón al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	10 Judías Blancas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	11 Brocoli Salteado Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
14 Crema de Calabacín Albóndigas de Ternera a la Jardinera  Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Fruta	15 Arroz Campesina Sin Guisantes Merluza a la Andaluza  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	16 Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo) Carne Magra del Cocido (Pollo) con Verdura y Patata Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	17 Pasta Sin Huevo al Gratén Filete de Pollo al Horno  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	18 Estofado de Patatas con Verduras Palometa a la Riojana  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria Pasta Sin Huevo Boloñesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	22 Brocoli Salteado Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	23 Sopa de Arroz Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	24 Patatas Guisadas con Chorizo Chuleta de Cerdo de Sajonia Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	25 Judías Pintas Estofadas Limanda al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta
28 Paella de Marisco Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	29 Crema de Coliflor Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Lácteo	30 Pasta Sin Huevo con Tomate Salchichas Frescas al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	31 Estofado de Patatas con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta	

mediterránea

## Lunes

1 Pasta sin Huevo Amatriciana  
Alitas de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

7 Estofado de Patatas con Verduras  
Salchichas Frescas al Vino  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Verdura + Fruta

14 Crema de Calabacín  
Albóndigas de Ternera a la Jardinera  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

21 Puré de Judías Verdes y Zanahoria  
Pasta Sin Huevo Boloñesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

28 Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

## Martes

8 Arroz con Verduras  
Pollo en Pepitoria  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Lácteo

15 Arroz Campesina  
Cinta de Lomo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

22 Menestra de Verduras Rehogada  
Escalope de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Verdura + Lácteo

29 Crema de Coliflor  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

## Miércoles

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Cinta de Lomo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

9 Pasta Sin Huevo con Tomate  
Cinta de Lomo al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Sopa de Fideos (Pasta Sin Huevo)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

23 Sopa de Arroz  
Cinta de Lomo al Horno  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

30 Pasta Sin Huevo con Tomate  
Chuleta de Cerdo de Sajonia  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Jueves

3 Judías Verdes Rehogadas  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Revolconas  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

10 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

17 Pasta Sin Huevo al Gratén  
Salchichas Frescas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

24 Patatas Guisadas con Chorizo  
Chuleta de Cerdo de Sajonia  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

31 Lentejas Estofadas con Verduras  
Salchichas Frescas al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

## Viernes

4 Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Legumbre + Fruta

11 Judías Verdes Rehogadas  
Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

18 Lentejas Estofadas con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Verdura + Fruta

25 Judías Pintas Estofadas  
Filete de Pollo al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

mediterránea