

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1	2	3
		FESTIVO	Macarrones con tomate Pavo al horno (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Crema de verduras y hortalizas Lomo al horno con tomate (arroz pilaf) Pan blanco Yogur de soja
6	7	8	9	10
Espaguetis con tomate Abadejo al horno (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Garbanzos con patatas Pavo a la plancha (tomate y maíz) Pan integral Fruta fresca	Crema parmentiere Hamburguesa a la plancha (patatas fritas) Pan blanco Fruta fresca	Lentejas con verduras Merluza con limón al horno (zanahoria baby salteada) Pan blanco Fruta fresca	Arroz con tomate Filete de pollo a la plancha (patatas dado) Pan blanco Yogur de soja
13	14	15	16	17
Arroz salteado con champiñones Pavo al horno (tomate aliñado) Pan blanco Fruta fresca	Sopa de ave con fideos Lomo a la plancha (patatas fritas) Pan integral Fruta fresca	Macarrones con tomate Merluza al horno (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Crema de calabacín Estofado de pollo con verduras (arroz pilaf) Pan blanco/Sin Gluten Fruta fresca 	Potaje de alubias con patatas Salmón a la plancha (lechuga y remolacha) Pan blanco Yogur de soja
20	21	22	23	24
JORNADA GASTRONOMICA AMERICANA  Crema de Zanahoria Hamburguesa a la plancha Patatas Fritas Natillas de soja	Coditos con tomate Merluza a la plancha (tomate aliñado) Pan integral Fruta fresca	Lentejas con arroz Pavo a la plancha (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Guiso de garbanzos con espinacas Pollo con pimientos rojos (pisto) Pan blanco Fruta fresca	Arroz salteado con champiñones Caballa con tomate (patatas dado al ajillo) Pan blanco Yogur de soja
27	28	29	30	31
Arroz con tomate Magra al horno (tomate aliñado) Pan blanco Fruta fresca	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al curry (cous cous en blanco) Pan integral Fruta fresca	Garbanzos con patatas Abadejo en salsa verde (guisantes salteados) Pan blanco Fruta fresca	FESTIVO	Sopa de ave con fideos Lomo al horno (patatas fritas) Pan blanco Yogur de soja