

Lunes

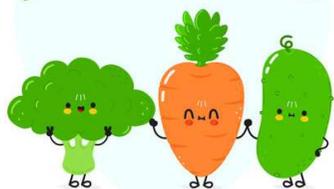
Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

HEALTHY FOOD



6
Lentejas con verduras
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate (H)
 Fruta y pan (G)
 Fruta y yogur

7
Brócoli con aceite de oliva
 Estofado de pavo
 Fruta y pan (G)
 Yogur y salchichón

8
Espirales carbonara (G,H,L)
 Merluza en pepitoria con ensalada de lechuga y maíz (P)
 Fruta y pan integral (G)
 Fruta y galletitas

9
Crema de verduras con quesitos (L)
 Lomo macerado con champiñones
 Yogur y pan (L, G)
 Fruta y pavo

10
Arroz con tomate
 Pollo asado con lechuga y zanahoria
 Fruta y pan (G)
 Yogur y jamón york



14
Garbanzos con verduras
 Bacalao en salsa verde (P)
 Fruta y pan (G)
 Fruta y salchichón

15
Coliflor con patata
 Pollo guisado con lechuga y maíz
 Fruta y pan integral (G)
 Pan y queso

16
Paella valenciana
 Tortilla de patata con lechuga y tomate (H)
 Yogur y pan (L, G)
 Fruta y pavo

17
Acelgas con patata
 Lomo a la riojana con lechuga y maíz
 Fruta y pan (G)
 Yogur y colines

20
Macarrones boloñesa (G,H,Sf)
 Merluza romana con limón (G,H,P)
 Fruta y pan (G)
 Fruta y yogur

21
Alubias blancas con verduras
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate (H)
 Fruta y pan (G)
 Yogur y jamón york

22
Brócoli rehogado
 Pollo al horno con lechuga y maíz
 Fruta y pan integral (G)
 Fruta y galletitas

23
Arroz con verduras
 Lomo sajonia con champiñones
 Yogur y pan (L, G)
 Fruta y salchichón

24
Puré de calabaza
 Bacalao a la vizcaína con lechuga y zanahoria (P,G)
 Fruta y pan (G)
 Pan con chocolate

27
Lentejas con verduras
 Pechugas de pollo a la plancha con lechuga y maíz
 Fruta y pan (G)
 Fruta y jamón york

28
Judías verdes salteadas
 Merluza en pepitoria (P)
 Fruta y pan (G)
 Yogur y colines

29
Paella de marisco (M)
 Tortilla de calabacín con lechuga y tomate (H)
 Fruta y pan integral (G)
 Pan con salchichón

30
Coliflor con patata
 Salmón al horno con verduras (P)
 Yogur y pan (L, G)
 Fruta y queso

31
Espaguetis napolitana (G,H,L)
 Lomo en salsa de champiñones
 Fruta y pan (G)
 Fruta y yogur