

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Estofado de Patatas con Verduras
Tilapia a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

6 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

7 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 Crema de Calabacín
Salmón al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Macarrones Napolitana
Caballa en Aceite
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Brocoli Salteado
Pollo en Pepitoria
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Huevos Villarroy
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

22 Paella de Verduras
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Palometa en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Filete de Pollo al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

28 Coditos al Gratén
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Sopa de Fideos
Cocido Sin Cerdo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Patatas Guisadas con Chorizo
Tilapia a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

7 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 Crema de Calabacín
Salmón al Horno
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Pasta Sin Gluten Napolitana
Caballa en Aceite
Champiñón Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Brocoli Salteado
Pollo en Pepitoria
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

21 Garbanzos Encebollados
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

22 Paella de Verduras
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Palometa en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

28 Pasta Sin Gluten al Gratén
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

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

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Patatas Guisadas con Chorizo
Tilapia a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

7 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

1 Crema de Calabacín
Salmón al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Carne + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Carne + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Pasta Sin Huevo Napolitana
Caballa en Aceite
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

20 Brocoli Salteado
Pollo en Pepitoria
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

22 Paella de Verduras
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Palometa en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

28 Pasta Sin Huevo al Gratén
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Patatas Guisadas con Chorizo
Tilapia a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Fruta

6 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

7 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

1 Crema de Calabacín
Salmón al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Macarrones Napolitana
Caballa en Aceite
Champión Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Brocoli Salteado
Pollo en Pepitoria
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo de Soja

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Carne + Fruta

22 Paella de Verduras
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Ave + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Palometa en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo de Soja

28 Pasta con Tomate
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Ragout de Ternera Estofada
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

5 Patatas Guisadas con Chorizo
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

6 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Ave + Lácteo

7 Arroz con Tomate
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

1 Crema de Calabacín
Cinta de Lomo al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Carne + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Macarrones Napolitana
Salchichas de Pavo al Horno
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Brocoli Salteado
Pollo en Pepitoria
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Carne + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Ave + Fruta

22 Paella de Verduras
Cinta de Lomo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Ave + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Magro de Cerdo con Tomate
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Legumbre + Lácteo

28 Coditos al Gratén
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Sopa de Cocido
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

mediterránea

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Salteado de Verduras
Huevos Villarroy
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

5 Estofado de Patatas con Verduras
Tilapia a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

6 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

7 Arroz con Tomate
Palometa al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Patata + Fruta

1 Crema de Calabacín
Salmón al Horno
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Huevo + Fruta

8 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Patata + Pescado + Fruta

11 
FESTIVO

12 
FESTIVO

13 
FESTIVO

14 
FESTIVO

15 
FESTIVO

18 
FESTIVO

19 Macarrones Napolitana
Caballa en Aceite
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

20 Brocoli Salteado
Bacalao al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

21 Lentejas Estofadas con Verduras
Huevos Villarroy
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Pescado + Fruta

22 Paella de Verduras
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

25 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

26 Judías Pintas con Arroz
Palometa en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

27 Crema de Zanahoria
Tortilla Francesa
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

28 Coditos al Gratén
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

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

mediterránea