

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras  
Salchichas Frescas al Vino  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Abadejo con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Carne + Lácteo**

6 Pasta Sin Huevo Napolitana  
Salmón al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

7 Crema de Brócoli y Zanahoria  
Falafel de Garbanzos  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Carne + Lácteo**

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

8 Arroz a Banda  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

11 Crema de Calabacín  
Albóndigas de Ternera a la Jardinera  
Patatas Dado en Guiso  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

12



13 Arroz con Tomate  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Carne + Lácteo**

14 Pasta Sin Huevo con Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

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

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

19 Judías Pintas con Chorizo  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

20 Arroz con Verduras  
Jurel al Ajillo  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Ave + Lácteo**

21 Sopa Castellana  
Escalope de Pollo sin Gluten Sin Huevo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Pescado + Lácteo**

22 Garbanzos Estofados con Verduras  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

25 Lentejas Estofadas con Verduras  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

26 Crema de Coliflor  
Cinta de Lomo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo**

27 Marmitako de Salmón  
Ternera al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

28 Paella de Marisco  
Rotti de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Pescado + Fruta**

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

mediterránea