

## 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 + Verdura + Fruta**

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

6 Macarrones Napolitana  
Cinta de Lomo al Horno  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Huevo + 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  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

8 Arroz Campesina  
Pollo Asado  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Legumbre + Fruta**

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

12



13 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Carne + Lácteo**

14 Fideuá de Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

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

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

19 Judías Pintas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

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

21 Sopa Castellana  
Escalope de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Carne + Lácteo**

22 Garbanzos Estofados con Verduras  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

25 Lentejas Estofadas con Verduras  
Huevos En Salsa  
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 + Verdura + Lácteo**

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

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

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

mediterránea