

Lunes

2 Lentejas con Verduras
Merluza Asada
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

9 Pasta en Salsa Provenzal
Pinchito de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

16

23 Pasta con Tomate
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

Martes

3 Pasta a la Casera
Pollo al Horno Marinado
Jardinera de Verduras

Fruta de Temporada

10 Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral

Fruta de Temporada

17

24 Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados

Fruta de Temporada

Miércoles

4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco
Buñuelos de Bacalao Fritos
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada

11 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde

Fruta de Temporada

18

25 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz

Fruta de Temporada

Jueves

5 Crema de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde

Fruta de Temporada

12 Potaje de Lentejas
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada

Fruta de Temporada

19

26 Lentejas Estofadas
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada Verde

Fruta de Temporada

Viernes

6 Potaje de Judías Blancas
Chuleta de Pavo Asada en Salsa
Patatas Rehogadas

Fruta de Temporada
Yogur Natural

13 Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Fruta de Temporada
Yogur Natural

20 Crema Hortelana
Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil
Pisto Riojano

Fruta de Temporada
Yogur Natural

27 Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde

Fruta de Temporada
Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinería de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinería de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes

- 2 Crema de Puerro y Zanahoria
Merluza Asada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Martes

- 3 Pasta a la Casera Dieta
Pollo al Horno Marinado
Jardinería de Verduras
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Miércoles

- 4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco
Abadejo al Horno con Salsa de Adobo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Jueves

- 5 Crema de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

Viernes

- 6 Potaje de Judías Blancas
Chuleta de Pavo Asada en Salsa
Patatas Rehogadas
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Natural

- 9 Pasta a la Provenzal Dieta
Pinchito de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 10 Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 11 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 12 Coliflor Rehogada con Ajo
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 13 Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Natural

16

17

18

19

- 20 Crema Hortelana
Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil
Pisto Riojano
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Natural

- 23 Pasta con Tomate Dieta
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 24 Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 25 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 26 Brócoli al Pimentón
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada

- 27 Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Yogur Natural

mediterránea

Lunes

- 2 Lentejas con Verduras
Merluza Asada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

Martes

- 3 Pasta a la Casera Dieta
Pollo al Horno Marinado
Jardinería de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

Miércoles

- 4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco
Abadejo al Horno con Salsa de Adobo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

Jueves

- 5 Crema de Verduras
Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

Viernes

- 6 Potaje de Judías Blancas
Chuleta de Pavo Asada en Salsa
Patatas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

9 Pasta a la Provenzal Dieta
Pinchito de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 10 Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 11 Crema de Zanahoria y Boniato
Chuleta de Pavo Asada
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 12 Potaje de Lentejas
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 13 Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

16

17

18

20

- 23 Pasta con Tomate Dieta
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 24 Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 25 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 19 Lentejas Estofadas
Filete de Cerdo a la Gallega
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
- 26 Lentejas Guisadas
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 27 Paella Integral de Verduras
Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta a la Casera Dieta Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta a la Provenzal Dieta Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Chuleta de Pavo Asada Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes

- 2 Lentejas con Verduras
Merluza Asada
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

Martes

- 3 Pasta a la Casera
Pollo al Horno Marinado
Jardinería de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

Miércoles

- 4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco
Abadejo al Horno con Salsa de Adobo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

Jueves

- 5 Crema de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

Viernes

- 6 Potaje de Judías Blancas
Chuleta de Pavo Asada en Salsa
Patatas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

9 Pasta en Salsa Provenzal
Pinchito de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 10 Garbanzos Guisados
Merluza al Vapor al Romero
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 11 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 12 Potaje de Lentejas
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 13 Cazuela de Arroz Integral
Palometa al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

16

17

18

20

- 23 Pasta con Tomate
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 24 Garbanzos con Verduras
Merluza al Limón Horneada
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 25 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 19 Lentejas Estofadas
Tortilla de Patata y Cebolla
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
- 26 Lentejas Guisadas
Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 27 Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur de Soja

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">2</div> Lentejas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">3</div> Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinería de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">4</div> Arroz Integral con Tomate Frito Eco Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">5</div> Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">6</div> Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">9</div> Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">10</div> Garbanzos Guisados Chuleta de Pavo Asada Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">11</div> Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">12</div> Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">13</div> Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">16</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">17</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">18</div> Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">19</div> Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">20</div> Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">23</div> Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">24</div> Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">25</div> Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">26</div> Lentejas Guisadas Filete de Cerdo a la Gallega Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">27</div> Paella Integral de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Verduras Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Dieta Chuleta de Pavo Asada Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>9 Pasta con Verduras Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Dieta Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral Rehogado Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>
<p>23 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras Dietas Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Dieta Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>5 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>
<p>9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>10 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>12 Potaje de Lentejas Chuleta de Pavo Asada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>19 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>
<p>23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>24 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja</p>

mediterránea

Lunes

- 2 Lentejas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

Martes

- 3 Pasta a la Casera
Pollo al Horno Marinado
Jardinería de Verduras
Pan Integral
Fruta de Temporada

Miércoles

- 4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco
Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

Jueves

- 5 Crema de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

Viernes

- 6 Potaje de Judías Blancas
Chuleta de Pavo Asada en Salsa
Patatas Rehogadas
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

- 9 Pasta en Salsa Provenzal
Pinchito de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 10 Garbanzos Guisados
Chuleta de Pavo Asada
Arroz Pilaf Integral
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 11 Crema de Zanahoria y Boniato
Tortilla de Patata y Espinacas
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 12 Potaje de Lentejas
Lomo Fresco de Cerdo en Salsa
Menestra Rehogada
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 13 Cazuela de Arroz Integral
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

16

17

18

19

20

21

- 23 Pasta con Tomate
Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 24 Garbanzos con Verduras
Tortilla Francesa
Guisantes Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 25 Crema de Zanahoria y Boniato
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 26 Lentejas Guisadas
Filete de Cerdo a la Gallega
Zanahorias al Vapor
Pan Integral
Fruta de Temporada

- 27 Paella Integral de Verduras
Tortilla de Patata y Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	3 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinería de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	5 Crema de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	6 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	10 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	11 Crema de Zanahoria y Boniato Chuleta de Pavo Asada Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	12 Potaje de Lentejas Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	13 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16	17	18 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	19 Lentejas Estofadas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	20 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	24 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Lentejas Guisadas Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2 Crema de Puerro y Zanahoria 98g de Patata, 100g de Zanahoria y 150g de Puerro 2,5 R de HC Merluza Asada</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Sin Gluten (50g) 2,5 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>3 Pasta a la Casera Dieta 180g de Pasta 4 R de HC Pollo al Horno Marinado</p> <p>Jardinera de Verduras</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>4 Arroz Integral con Tomate 114g de Arroz 3 R de HC Abadejo al Horno con Salsa de Adobo</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>5 Crema de Verduras 100g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2,5 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 107g de Tortilla 1,5 R de HC</p> <p>Ensalada Verde</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>6 Potaje de Judías Blancas 165g de Alubias 3 R de HC Chuleta de Pavo Asada en Salsa</p> <p>Patatas Rehogadas 35g de Patata 1R de HC</p> <p>Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC</p> <p>Yogur Natural 0,5 R de H.C</p>
<p>9 Pasta a la Provenzal Dieta 135g 3 R de HC Pinchito de Pollo al Horno</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>10 Garbanzos Guisados 165g de Garbanzos 3 R de HC Merluza al Vapor al Romero</p> <p>Arroz Pilaf Integral 40g de Arroz 1 R de HC</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>11 Crema de Zanahoria y Boniato 200g de Zanahoria, 50g de Boniato 2 R de HC Tortilla de Patata y Espinacas 145g de Tortilla 2 R de HC</p> <p>Ensalada Verde</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>12 Pasta con Tomate Dieta 180 g de Pasta 4 R de HC Lomo Fresco de Cerdo en Salsa</p> <p>Menestra Rehogada</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>13 Cazuela de Arroz Integral 152g de Arroz 4 R de HC Palometa al Horno al Limón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC</p> <p>Yogur Natural 0,5 R de H.C</p>
<p>16</p>	<p>17</p>	<p>18 Arroz Integral a la Cubana 114g de Arroz 3 R de HC Alitas de Pollo Asadas con Pimentón</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>19 Crema de Verduras 65g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2 R de HC Tortilla de Patata y Cebolla 127g de Tortilla 2 R de HC</p> <p>Ensalada Verde</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>20 Crema Hortelana 100g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2,5 R de HC Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil</p> <p>Arroz Pilaf Integral 57g de Arroz 1,5 R de HC</p> <p>Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC</p> <p>Yogur Natural 0,5 R de H.C</p>
<p>23 Pasta con Tomate Dieta 180 g de Pasta 4 R de HC Chuleta de Pavo Asada</p> <p>Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>24 Garbanzos con Verduras 165g de Garbanzos 3 R de HC Merluza al Limón Horneada</p> <p>Guisantes Salteados 100g de Guisantes 1 R de HC</p> <p>Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>25 Crema de Zanahoria y Boniato 200g de Zanahoria, 50g de Boniato y 65g de Patata 3R de HC Pollo Asado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>26 Pasta con Verduras Dieta 135g 3 R de HC Filete de Palometa al Vapor a Finas Hierbas</p> <p>Zanahorias al Vapor 70g de Zanahoria 0,5 R de HC</p> <p>Fruta de Temporada 1R de HC</p>	<p>27 Paella Integral de Verduras 114g de Arroz 3 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 71,5g de Tortilla 1 R de HC</p> <p>Ensalada Verde</p> <p>Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC</p> <p>Yogur Natural 0,5 R de H.C</p>

mediterránea