

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Guisadas Lomo Asado con Zanahoria Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Abadejo en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero de Garbanzos Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Sopa de Fideos Alitas de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Palitos de Pescado al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral con Tomate Caella al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Verduras Redondo de Pavo Patatas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta con Tomate Filete de Caballa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Cazuela de Patatas con Verduras Abadejo a la Vizcaína Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Abadejo al Horno en Salsa de Adobo Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Guisadas Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza San Jacobos Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Sopa de Fideos Garbanzos Guisados con Pollo Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Caella al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea