

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

2 Crema de Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

3 Pasta Sin Gluten con Verduras  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

7 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

8 Judías Pintas Estofadas  
Limanda a la Gallega  
Zanahorias al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta s/glut. + Ave + Lácteo

9 Crema de Calabaza  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

10 Pasta Sin Gluten con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

11 Garbanzos Encebollados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Brocoli Salteado  
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo

15 Arroz con Verduras  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Crema de Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta s/glut. + Ave + Lácteo

17 Patatas Guisadas con Chorizo  
Palometa con Tomate  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

21 Arroz Campesina  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

22 Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Delicias de Bacalao (Harina sin Gluten)  
Champiñón al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

23 Salteado de Verduras  
Magro con Tomate  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

25 Pasta Sin Gluten al Gratén  
Jurel al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

28



mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

3 Fideuá de Pescado  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

7 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

8 Judías Pintas Estofadas  
Limanda a la Gallega  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

9 Crema de Calabaza  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

10 Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

11 Garbanzos Encebollados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Brocoli Salteado  
Espaguetis Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo de Soja

15 Lentejas Con Arroz  
Merluza a la Andaluza  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Crema de Calabacín con Picatostes  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo de Soja

17 Patatas Guisadas con Chorizo  
Palometa con Tomate  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

21 Arroz Campesina  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

22 Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Delicias de Bacalao  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

23 Salteado de Verduras  
Magro con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

25 Pasta con Tomate  
Jurel al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

28



mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo de Soja

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

3 Fideuá de Pescado  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

7 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

8 Judías Pintas Estofadas  
Limanda a la Gallega  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

9 Crema de Calabaza  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

10 Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

11 Garbanzos Encebollados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Brocoli Salteado  
Espaguetis Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Ave + Lácteo de Soja

15 Lentejas Con Arroz  
Merluza a la Andaluza  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Crema de Calabacín con Picatostes  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo de Soja

17 Patatas Guisadas con Chorizo  
Palometa con Tomate  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

21 Arroz Campesina  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo de Soja

22 Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Delicias de Bacalao  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

23 Salteado de Verduras  
Magro con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

25 Pasta con Tomate  
Jurel al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

28



mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

3 Fideuá de Pescado  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

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

7 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

8 Judías Pintas Estofadas  
Limanda a la Gallega  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

9 Crema de Calabaza  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

10 Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

11 Garbanzos Encebollados  
Huevos Villarroy  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Brocoli Salteado  
Espaguetis Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo

15 Lentejas Con Arroz  
Merluza a la Andaluza  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Crema de Calabacín con Picatostes  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

17 Patatas Guisadas con Chorizo  
Palometa con Tomate  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

21 Arroz Campesina  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

22 Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Delicias de Bacalao  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

23 Salteado de Verduras  
Magro con Tomate  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

25 Ceditos al Gratén  
Jurel al Ajillo  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

28



mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Arroz con Tomate Merluza en Salsa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	3 Fideuá de Pescado Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
7 Paella de Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	8 Judías Pintas Estofadas Limanda a la Gallega Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Lácteo	9 Crema de Calabaza Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	10 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	11 Garbanzos Encebollados Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
14 Brocoli Salteado Espaguetis Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo	15 Lentejas Con Arroz Merluza a la Andaluza Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	16 Crema de Calabacín con Picatostes Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	17 Patatas Guisadas con Chorizo Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	18 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
21 Arroz Campesina Salchichas de Pavo con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	22 Potaje de Garbanzos con Espinacas Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	23 Salteado de Verduras Magro con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	24 Judías Pintas Estofadas Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	25 Coditos al Gratén Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta
28				



mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

2 Lentejas Estofadas con Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

3 Fideuá de Pescado  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

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

7 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

8 Judías Pintas Estofadas  
Limanda a la Gallega  
Zanahorias al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

9 Crema de Calabaza  
Ragout de Ternera Estofada  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

10 Macarrones con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

11 Garbanzos Encebollados  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

14 Brocoli Salteado  
Espaguetis Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Lácteo

15 Lentejas Con Arroz  
Merluza a la Andaluza  
Zanahoria Rehogada  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16 Crema de Calabacín con Picatostes  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

17 Estofado de Patatas con Verduras  
Palometa con Tomate  
Pimientos Asados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

18 Sopa de Fideos  
Cocido Sin Cerdo  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

21 Arroz Campesina  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Lácteo

22 Potaje de Garbanzos con Espinacas  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

23 Salteado de Verduras  
Ternera al Horno  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

24 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Carne + Fruta

25 Códitos al Gratén  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Natillas  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

28



mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Arroz con Tomate Merluza en Salsa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	2 Lentejas Estofadas con Verduras Alitas de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	3 Fideuá de Pescado Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
7 Paella de Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	8 Judías Pintas Estofadas Limanda a la Gallega Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Lácteo	9 Crema de Calabaza Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	10 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	11 Garbanzos Encebollados Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
14 Brocoli Salteado Espaguetis Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo	15 Lentejas Con Arroz Merluza a la Andaluza Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	16 Crema de Calabacín con Picatostes Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Carne + Lácteo	17 Patatas Guisadas con Chorizo Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	18 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
21 Arroz Campesina Salchichas de Pavo con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	22 Potaje de Garbanzos con Espinacas Tortilla Francesa Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	23 Salteado de Verduras Magro con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	24 Judías Pintas Estofadas Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	25 Coditos al Gratén Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta

28



mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Arroz Rehogado Merluza en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	2 Lentejas Estofadas sin Pimiento ni Tomate Alitas de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	3 Fideuá de Pescado sin Pimiento ni Tomate Tortilla Francesa de York Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
7 Arroz salteado con cebolla y ajo Tortilla Francesa  Calabaza Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	8 Judías Pintas Estofadas sin Pimiento Limanda a la Gallega  Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	9 Crema de Calabaza Ragout de Ternera Estofada sin Pimiento Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	10 Pasta Rehogada Caballa en Aceite  Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	11 Garbanzos Encebollados Huevos Villarroy  Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta
14 Crema de Verduras (Zanahora, Calabaza, Calabacín) Pasta Rehogada con Carne de Pollo Menestra de Verduras Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Huevo + Lácteo	15 Lentejas Con Arroz sin Pimiento ni Tomate Merluza a la Andaluza Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	16 Crema de Calabacín con Picatostes Tortilla de Patata con Cebolla Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	17 Patatas Guisadas con Chorizo sin Pimiento Palometa al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	18 Sopa de Cocido Cocido Completo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
21 Arroz Campesina sin Pimiento ni Tomate Salchichas de Pavo al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	22 Crema de Zanahoria Delicias de Bacalao Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	23 Salteado de Verduras Ternera al Horno Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	24 Judías Pintas Estofadas sin Pimiento Tortilla Francesa con Queso Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	25 Pasta Rehogada Jurel al Ajillo Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
28				



mediterránea



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Arroz con Tomate Merluza en Salsa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Lácteo	2 Crema de Verduras Alitas de Pollo al Horno Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	3 Pasta Sin Huevo con Verduras Palometa al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	4 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
7 Paella de Verduras Cinta de Lomo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta	8 Judías Pintas Estofadas Limanda a la Gallega Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Ave + Lácteo	9 Crema de Calabaza Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Verdura + Fruta	10 Pasta Sin Huevo con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	11 Garbanzos Encebollados Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta
14 Brocoli Salteado Pasta Sin Huevo Boloñesa de Pollo Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Lácteo	15 Arroz con Verduras Merluza a la Andaluza Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	16 Crema de Calabacín con Picatostes Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	17 Patatas Guisadas con Chorizo Palometa con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta	18 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
21 Arroz Campesina Salchichas de Pavo con Tomate Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	22 Potaje de Garbanzos con Espinacas Delicias de Bacalao Champiñón al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Fruta	23 Crema de Zanahoria Magro con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	24 Judías Pintas Estofadas Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	25 Pasta Sin Huevo al Gratén Jurel al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Natillas <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Fruta
28				



mediterránea