

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo-Pollo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

Kcal: 467 Lip: 18,90 Prot: 32,70 HC: 41,60

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

12



FESTIVO

Kcal: 669 Lip: 25,36 Prot: 26,98 HC: 86,24

Cena: Pasta + Ave + Fruta

13

Lentejas Estofadas  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 629 Lip: 16,53 Prot: 37,42 HC: 85,26

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 719 Lip: 22,30 Prot: 35,43 HC: 92,75

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

15

Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 655 Lip: 26,96 Prot: 37,00 HC: 64,34

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

Garbanzos Encebollados  
Tortilla Francesa.  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

19 Arroz Cinco Delicias  
Daditos de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

22 Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

Kcal: 670 Lip: 31,49 Prot: 19,00 HC: 76,14

Cena: Verdura + Carne + Fruta

26

Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 615 Lip: 19,25 Prot: 27,26 HC: 86,79

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27

Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 593 Lip: 18,57 Prot: 23,95 HC: 80,16

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28

Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 629 Lip: 21,04 Prot: 29,41 HC: 80,22

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29

Garbanzos Estofados  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Kcal: 720 Lip: 25,75 Prot: 38,46 HC: 82,19

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30

Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

Kcal: 612 Lip: 21,28 Prot: 31,77 HC: 75,79

Cena: Patata + Carne + Lácteo

Kcal: 613 Lip: 18,20 Prot: 25,95 HC: 88,78

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Kcal: 598 Lip: 22,84 Prot: 28,25 HC: 67,44

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Kcal: 688 Lip: 24,31 Prot: 21,76 HC: 96,87

Cena: Arroz + Ave + Fruta

Kcal: 654 Lip: 29,41 Prot: 27,07 HC: 56,71

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

- 5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

12



FESTIVO

- 19 Arroz Cinco Delicias  
Daditos de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

26

- Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Lácteo

## Martes

- 6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

13

- Lentejas Estofadas  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Lácteo

20

- Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

27

- Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Patisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

14

- Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

21

- Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

28

- Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

- 1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Carne + Fruta

8

- Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

15

- Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

22

- Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

29

- Garbanzos Estofados  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

- 2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

9

- Pasta al Gratén  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

Cena: Verdura + Carne + Fruta

16

- Garbanzos Ecebollados  
Tortilla Francesa.  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

Cena: Patata + Pescado + Fruta

23

- Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30

- Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz Cinco Delicias  
Daditos de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13 Lentejas Estofadas  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Garbanzos Estofados  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9 Pasta al Gratén  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Garbanzos Enebollados  
Tortilla Francesa.  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30 Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz Cinco Delicias  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26

Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13

Lentejas Estofadas  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

20

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín.  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

27

Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14

Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21

Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

28

Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa.  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

15

Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22

Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29

Garbanzos Estofados  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9

Pasta al Gratén  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16

Garbanzos Ecebollados  
Tortilla Francesa.  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30

Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz Cinco Delicias  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26 Patatas a la Riojana  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

## Martes

6 Judías Pintas Estofadas  
Hamburguesa de Ternera al Horno  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13 Arroz con Calabacín  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

20 Judías Blancas con Chorizo  
Cinta de Lomo Fresca al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

28 Sopa de Picadillo (Pasta Sin Huevo)  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

15 Pasta Sin Huevo con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Pasta Sin Huevo Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Garbanzos Estofados  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9 Pasta Sin Huevo Napolitana  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Garbanzos Enebollados  
Filete de Lomo de Sajonia  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30 Crema de Calabaza  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Judías Verdes Rehogadas  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13 Lentejas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate  
Limanda en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Rapollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Pasta Napolitana  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Garbanzos Estofados  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9 Pasta al Gratén  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Garbanzos Ecebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Rapollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30 Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan Sin Gluten  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

12



**FESTIVO**

13 Arroz con Calabacín  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

15 Pasta Sin Gluten con Verduras  
Salmón al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

16 Garbanzos Enebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan Sin Gluten  
Yogur

19 Arroz Cinco Delicias  
Bacalao a la Andaluza (Harina sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo  
20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta  
21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta  
22 Pasta Sin Gluten Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta  
23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan Sin Gluten  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

26 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

28 Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

29 Garbanzos Estofados  
Bacalao a la Andaluza (Harina sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten  
Fruta de Temporada

30 Crema de Calabaza  
Cinta de Lomo Fresca al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten  
Yogur

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz Cinco Delicias  
Daditos de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

6 Crema de Verduras  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13 Lentejas Estofadas  
Escalope de Merluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

20 Pasta al Ajillo  
Tortilla de Patata con Calabacin  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Garbanzos Estofados  
Croquetas de Bacalao  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9 Pasta al Gratén  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Garbanzos Enebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30 Crema de Calabaza  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

- 5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo de Soja

12



**FESTIVO**

- 19 Arroz Cinco Delicias  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

- 6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

- 13 Lentejas Estofadas  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo de Soja

- 20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo de Soja

- 27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo de Soja

- 14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

- 1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 22 Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 29 Garbanzos Estofados  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

- 2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 9 Pasta Napolitana  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 16 Garbanzos Enebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30 Crema de Calabaza  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

5 Judías Verdes Rehogadas  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo

12



**FESTIVO**

19 Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

13 Lentejas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate  
Limanda en Salsa Verde  
Patatas Rehogadas  
Guisantes  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

7 Arroz con Magro  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

22 Pasta Napolitana  
Caballa en Aceite  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29 Garbanzos Estofados  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

9 Pasta al Gratin  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

16 Garbanzos Ecebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

30 Crema de Calabaza.  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Lunes

- 5 Coliflor a la Gallega  
Lomo Fresco Asado  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Pescado + Lácteo de Soja

12



FESTIVO

- 19 Arroz Cinco Delicias  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 26 Lentejas Estofadas con Chorizo  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

## Martes

- 6 Judías Pintas Estofadas  
Tortilla de Patata  
Zanahorias al Ajillo.  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

- 13 Lentejas Estofadas  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo de Soja

- 20 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Calabacín  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo de Soja

- 27 Arroz con Tomate  
Merluza en Salsa Verde  
Guisantes Rehogados  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

## Miércoles

- 7 Arroz con Magro  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo de Soja

- 14 Judías Verdes con Tomate  
Pollo Asado  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 21 Menestra Rehogada  
Albóndigas a la Jardinera  
Arroz Pilaf  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

- 28 Sopa de Picadillo  
Rotti de Pavo al Horno  
Patatas Dado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

## Jueves

- 1 Patatas a la Riojana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Fruta

- 8 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

- 15 Pasta con Verduras  
Dados de Salmón  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 22 Pasta Napolitana  
Palometa en Salsa  
Pimientos Asados  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

- 29 Garbanzos Estofados  
Bacalao a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

## Viernes

- 2 Crema de Zanahoria  
Salchichas de Pavo con Tomate  
Arroz Pilaf  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 9 Pasta Napolitana  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

- 16 Garbanzos Enebollados  
Tortilla Francesa  
Champiñón al Ajillo  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Patata + Pescado + Fruta

- 23 Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

- 30 Crema de Calabaza  
Filetes Rusos con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan  
Yogur de Soja

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta