

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Flamenquines</p> <p>Lechuga y zanahoria</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>57,5Kcal - Prot:25,7g - Lip:40,5g - HC:67,6g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:1,6g</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>626,4Kcal - Prot:30,5g - Lip:45,9g - HC:86,6g AGS:4,7g - Azúcares:20,9g - Sal:2,3g</p>	<p>9</p> <p>Cocitos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>695,3Kcal - Prot:30,7g - Lip:20,1g - HC:93,0g AGS:7,1g - Azúcares:20,4g - Sal:1,7g</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Hamburguesa con salsa de queso</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>627,3Kcal - Prot:25,8g - Lip:20,6g - HC:82,7g AGS:4,4g - Azúcares:15,0g - Sal:2,3g</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Reuelto de pavo</p> <p>Lechuga y tomate</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>570,3Kcal - Prot:32,7g - Lip:16,9g - HC:67,0g AGS:2,7g - Azúcares:18,2g - Sal:1,9g</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteada con patata</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>549,1Kcal - Prot:24,9g - Lip:21,9g - HC:51,1g AGS:1,2g - Azúcares:23,3g - Sal:1,3g</p>	<p>15</p> <p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>652,2Kcal - Prot:29,4g - Lip:22,8g - HC:84,4g AGS:6,7g - Azúcares:20,2g - Sal:2,3g</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Contramusto de pollo al ajillo</p> <p>Lechuga y tomate</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>630,2Kcal - Prot:35,2g - Lip:23,6g - HC:86,9g AGS:3,8g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>	<p>17</p> <p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p>Calamar rabas rebozadas</p> <p>Lechuga y aceitunas</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>626,2Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,4g - HC:85,2g AGS:4,8g - Azúcares:21,1g - Sal:2,6g</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa con york</p> <p>Lechuga y maíz</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>795,8Kcal - Prot:42,7g - Lip:47,7g - HC:100,1g AGS:8,0g - Azúcares:51,3g - Sal:2,8g</p>
<p>21</p> <p>Macarrones aglio-olio</p> <p>Albóndigas con verduritas</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>652,4Kcal - Prot:29,4g - Lip:23,0g - HC:85,5g AGS:5,0g - Azúcares:23,3g - Sal:1,3g</p>	<p>22</p> <p>Alubias blancas con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano/</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>561,9Kcal - Prot:28,3g - Lip:14,5g - HC:67,0g AGS:2,0g - Azúcares:20,2g - Sal:2,3g</p>	<p>23</p> <p>Paella mixta</p> <p>Caballa con tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>637,2Kcal - Prot:36,3g - Lip:27,1g - HC:63,0g AGS:8,1g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>...</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:86,5g AGS:4,2g - Azúcares:21,1g - Sal:2,6g</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonditos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabañil</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>526,9Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,1g - HC:76,1g AGS:1,7g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>
<p>28</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Empanadillas de atún</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>609,4Kcal - Prot:29,1g - Lip:21,5g - HC:69,2g AGS:2,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>	<p>29</p> <p>Sopa de estrellas</p> <p>Pastel de carne y patata gratinado con queso/Potato and beef pie au gratin</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>747,7Kcal - Prot:29,7g - Lip:30,9g - HC:85,4g AGS:4,9g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con calabaza</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Lechuga y maíz</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>810,8Kcal - Prot:30,1g - Lip:37,2g - HC:82,2g AGS:3,5g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Reuelto de queso</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan blanco y Yogur sabor</p> <p>688,4Kcal - Prot:29,4g - Lip:25,0g - HC:82,1g AGS:6,4g - Azúcares:21,1g - Sal:2,6g</p>	<p>4</p> <p>Lazos al pesto</p> <p>Caballa con tomate</p> <p>Zanahoria dado salteada</p> <p>Pan blanco y Fruta fresca</p> <p>744,0Kcal - Prot:39,7g - Lip:36,2g - HC:100,0g AGS:3,0g - Azúcares:24,9g - Sal:2,7g</p>

LUNES

MARTES

MÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3	4
<p>7</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Jamonicos de pollo en salsa ligera de mostaza</p> <p>Patatas cocidas</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p> <p>Coditos sin gluten con tomate</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Macarrones sin gluten aglio-olio</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria dado salteada</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Espaguetis sin gluten con tomate</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Acelgas salteadas</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y maiz</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones sin gluten aglio-olio</p> <p>Albóndigas sin gluten, sin lactosa con verduras</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabafill</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz salteado con champiñones</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de ave con fideos sin gluten</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maiz</p> <p>Pan sin gluten y Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis sin gluten con tomate</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan sin gluten y Yogur sabor</p>	

LUNES

MARTES

MÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Coditos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Hamburguesa en salsa de quesos</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Revuelto de pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Bacalao a la romana</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Calamar rabas rebozadas</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla con york</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones aglio-olio</p> <p>Albóndigas con verduritas</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>23</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Merluza en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabañil</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de estreñias</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con calabaza</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Revuelto de queso</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

Crema de zanahoria  
Jamonicitos de pollo en salsa ligera de mostaza  
Patatas cocidas  
Pan y Yogur sabor

Alubias con verduras  
Bacalao al horno  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

Crema de verduras  
Cinta de lomo fresca a la plancha  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Yogur sabor

Lazos aglio-olio  
Caballa en salsa de tomate  
Zanahoria dado salteada  
Pan y Fruta fresca

7

8

9

10

11

Aroz con verduras  
Pechuga de pollo a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de cocido con fideos  
Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  
Pan y Yogur sabor

Coditos con tomate  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Pan y Fruta fresca

Crema de verduras y hortalizas  
Hamburguesa a la plancha  
Patatas fritas  
Pan y Yogur sabor

Lentejas con zanahoria  
Filete de ternera a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

14

15

16

17

18

Menestra de verduras salteadas  
Magro de cerdo al curry  
Arroz blanco  
Pan y Fruta fresca

Tallarines con tomate  
Bacalao al horno  
Calabacin salteado  
Pan y Yogur sabor

Crema de calabaza y manzana  
Pollo al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

Lentejas con verduras  
Filete de merluza al horno  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Pan y Yogur sabor

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

21

22

23

24

25

Macarrones aglio-olio  
Albóndigas con verduras  
Pan y Fruta fresca

Alubias con verduras  
Cinta de lomo fresca a la plancha  
Tomate aliñado con orégano  
Pan y Yogur sabor

Paella de verduritas  
Caballa en salsa de tomate  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de cocido con fideos  
Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  
Pan y Yogur sabor

Crema parmentiere  
Jamonicitos de pollo al horno  
Patatas al ajo cabañil  
Pan y Fruta fresca

28

29

30

31

Arroz salteado con champiñones  
Abadejo al horno  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de estrellas  
Cinta de lomo fresco a la plancha  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Yogur sabor

Lentejas con calabaza  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

Espaguetis con tomate  
Filete de ternera a la plancha  
Lechuga y brotes de soja  
Pan y Yogur sabor

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Crema de zanahoria  
Jamonicos de pollo en salsa ligera de mostaza  
Patatas cocidas  
Pan y Yogur sabor

2

Alubias con chorizo  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

3

Crema de verduras  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Yogur sabor

4

Lazos al pesto  
Pechuga de pavo al horno  
Zanahoria dado salteada  
Pan y Fruta fresca

7

Arroz con verduras  
Pechuga de pollo a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

8

Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Pan y Yogur sabor

9

Coditos gratinados  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Fruta fresca

10

Crema de verduras y hortalizas  
Hamburguesa en salsa de quesos  
Patatas fritas  
Pan y Yogur sabor

11

Acelgas salteadas  
Revuelto de pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

14

Menestra de verduras salteadas  
Magro de cerdo al curry  
Arroz blanco  
Pan y Fruta fresca

15

Tallarines a la carbonara  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Calabacin salteado  
Pan y Yogur sabor

16

Crema de calabaza y manzana  
Pollo al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

17

Lentejas con verduras  
Lomo con pimlento y cebolla  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Pan y Yogur sabor

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

21

Macarrones aglio-olio  
Albóndigas con verduras  
Pan y Fruta fresca

22

Alubias con verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomate aliñado con orégano  
Pan y Yogur sabor

23

Paella de verduritas  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

24

Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Pan y Yogur sabor

25

Crema parmentiere  
Jamonicos de pollo al horno  
Patatas al ajo cabañil  
Pan y Fruta fresca

28

Arroz tres delicias  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

29

Sopa de estrellas  
Pastel de carne y patata gratinado con queso  
Pan y Yogur sabor

30

Lentejas con calabaza  
Cinta de lomo fresca a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

31

Espaguetis con tomate  
Revuelto de queso  
Lechuga y brotes de soja  
Pan y Yogur sabor

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Coditos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Hamburguesa en salsa de quesos</p> <p>Papas fritas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Revuelto de pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla con york</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones aglio-olio</p> <p>Albóndigas con verduras</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>23</p> <p>Paelia de verduritas</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicitos de pollo al horno</p> <p>Papas al ajo cabañil</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de estrellas</p> <p>Pastel de carne y patata gratinado con queso</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con calabaza</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Revuelto de queso</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Champiñones salteados con cebolla</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>1</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Revuelto de calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Patatas cocidas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>2</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Bacalao a la romana</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>3</p> <p>Judías verdes con patatas al vapor</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>4</p> <p>Lazos al pesto</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria dado salteada</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Cous cous con verduritas</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Sopa de verduras con fideos</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Coditos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Hamburguesa vegetal a la plancha</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones aglio-olio</p> <p>Hamburguesa vegetal a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Tallarines con tomate</p> <p>Bacalao a la romana</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Calamar rabas rebozadas</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz salteado con champiñones</p> <p>Empanadillas de atún</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>23</p> <p>Paella de verduritas</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de verduras con fideos</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Quinoa con verduras</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>31</p> <p>Arroz salteado con champiñones</p> <p>Empanadillas de atún</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de verduras con fideos</p> <p>Revuelto de calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>30</p> <p>Lentejas salteadas con arroz</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Revuelto de queso</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Coditos con tomate</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Filete de ternera a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Tallarines con tomate</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Pechuga de pavo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones aglio-olio</p> <p>Albóndigas con verduras</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>23</p> <p>Pasta de verduritas</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabañil</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz salteado con champiñones</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de estrellas</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con calabaza</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Filete de ternera a la plancha</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan Yogur sabor</p>	



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Crema de zanahoria  
Ensalada de pasta  
Pan y Yogur sabor

2

Alubias con verduras  
Hamburguesa vegetal a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

3

Crema de verduras  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Fruta fresca

4

Champifiones salteados con cebolla  
Lazos al pesto  
Pan y Fruta fresca

7

Champifiones salteados con cebolla  
Arroz con verduras  
Pan y Fruta fresca

8

Sopa de verduras con fideos  
Garbanzos estofados  
Pan y Yogur sabor

9

Verdura tricolor al aceite de ajo  
Códigos napolitana  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Fruta fresca

10

Crema de verduras y hortalizas  
Hamburguesa vegetal a la plancha  
Patatas fritas  
Pan y Yogur sabor

11

Lentejas con zanahoria  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

14

Menestra de verduras salteadas  
Cous cous con verduritas  
Pan y Fruta fresca

15

Tallarines con tomate  
Hamburguesa vegetal a la plancha  
Calabacín salteado  
Pan y Yogur sabor

16

Crema de calabaza y manzana  
Quinoa con verduras  
Pan y Fruta fresca

17

Acelgas salteadas  
Lentejas con verduras  
Pan y Yogur sabor

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

21

Macarrones sin soja aglio-olio  
Hamburguesa vegetal a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

22

Alubias con verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomate aliñado con orégano  
Pan y Yogur sabor

23

Acelgas salteadas con patatas y zanahoria  
Paella de verduritas  
Pan y Fruta fresca

24

Sopa de verduras con fideos  
Garbanzos estofados  
Pan y Yogur sabor

25

Crema parmentiere  
Quinoa con verduras  
Pan y Fruta fresca

28

Arroz salteado con champifiones  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

29

Sopa de verduras con fideos  
Revuelto de calabacín, cebolla y pimiento  
Pan y Yogur sabor

30

Pisto de verduras  
Lentejas con calabaza  
Pan y Fruta fresca

31

Espaguetis con tomate  
Revuelto de queso  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Yogur sabor

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza  
Patatas cocidas  
Pan y Yogur sabor

Alubias con verduras  
Bacalao al horno  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

Crema de verduras  
Pechuga de pavo al horno  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Yogur sabor

Lazos al pesto  
Cabailla en salsa de tomate  
Zanahoria dado salteada  
Pan y Fruta fresca

7

8

9

10

11

Arroz a banda  
Pechuga de pollo a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con fideos  
Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  
Pan y Yogur sabor

Coditos gratinados  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Pan y Yogur sabor

Crema de verduras y hortalizas  
Filete de merluza al horno  
Patatas fritas  
Pan y Yogur sabor

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Pan y Fruta fresca

14

15

16

17

18

Menestra de verduras salteadas  
Jamoncitos de pollo al curry  
Arroz blanco  
Pan y Fruta fresca

Tallarines con tomate  
Bacalao al horno  
Calabacín salteado  
Pan y Yogur sabor

Crema de calabaza y manzana  
Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  
Pan y Yogur sabor

Lentejas con verduras  
Filete de merluza al horno  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Pan y Yogur sabor

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

21

22

23

24

25

Macarrones aglio-olio  
Hamburguesa vegetal a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

Alubias con verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomate aliñado con orégano  
Pan y Yogur sabor

Paella de verduras  
Cabailla en salsa de tomate  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con fideos  
Garbanzos con patata, col, pollo y ternera  
Pan y Yogur sabor

Crema parmentiere  
Jamoncitos de pollo al horno  
Patatas al ajo cabañil  
Pan y Fruta fresca

28

29

30

31

Arroz salteado con champiñones  
Abadejo al horno  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Pan y Fruta fresca

Sopa de ave con estrellas  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Pan y Yogur sabor

Lentejas con calabaza  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga y maíz  
Pan y Fruta fresca

Espaguetis con tomate  
Revuelto de queso  
Lechuga y brotes de soja  
Pan y Yogur sabor

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>8</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>9</p> <p>Coditos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Revuelto de pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>14</p> <p>Menestra de verduras salteadas</p> <p>Jamonicos de pollo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>15</p> <p>Tallarines con tomate</p> <p>Bacalao a la romana</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Calamar rabas rebozadas</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>21</p> <p>Macarrones ajo-olio</p> <p>Hamburguesa vegetal a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>22</p> <p>Alubias con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>23</p> <p>Paelia de verduras</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>24</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabañil</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>
<p>28</p> <p>Arroz salteado con champiñones</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>29</p> <p>Sopa de ave con estrellas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con calabaza</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Revuelto de queso</p> <p>Lechuga y brotes de soja</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>7</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Flamenquines</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>1</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo en salsa ligera de mostaza</p> <p>Papas cocidas</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>2</p> <p>Sopa de ave con fideos sin soja</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>3</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Pan y Yogur sabor</p>	<p>4</p> <p>Lazos al pesto</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria dado saltada</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>
<p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>15</p> <p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Calabacín saltado</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>9</p> <p>Coditos gratinados</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras y hortalizas</p> <p>Hamburguesa en salsa de quesos</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Revuelto de pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>
<p>14</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Magro de cerdo al curry</p> <p>Arroz blanco</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>22</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Tomate aliñado con orégano</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabaza y manzana</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>17</p> <p>Acelgas saltadas</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla con York</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>
<p>21</p> <p>Macarrones sin soja aglio-olio</p> <p>Albóndigas con verduras</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>29</p> <p>Sopa de estrellas</p> <p>Pastel de carne y patata gratinado con queso</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>23</p> <p>Paella mixta</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan y Yogur natural</p>	<p>25</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Jamonicitos de pollo al horno</p> <p>Patatas al ajo cabañil</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>
<p>28</p> <p>Arroz saltado con champiñones</p> <p>Empanadillas de atún</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>30</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pan y Fruta fresca permitida</p>	<p>31</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Revuelto de queso</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Yogur natural</p>		