

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

6 Pasta Amatriciana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

1 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

8 Brocoli Salteado  
Albóndigas de Ternera a la Jardinera  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

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

3 Judías Verdes Rehogadas con Patata  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

13 Salteado de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

14 Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

16



17 Coditos con Tomate  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

21 Ensalada Mixta  
Salchichas de Pavo con Ketchup  
Patatas Chips  
Pan y Agua  
Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

DÍA ESPECIAL

mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

6 Pasta Amatriciana  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

1 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

2 Garbanzos Estofados con Verduras  
Jurel al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

3 Judías Verdes Rehogadas con Patata  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

13 Salteado de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

14 Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

16



17 Coditos con Tomate  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

21 **DÍA ESPECIAL**  
Ensalada Mixta  
Hot Dog  
Patatas Chips  
Agua  
Copa de Chocolate  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

6 Pasta Amatriciana  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz  
Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

1 Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

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

3 Judías Verdes Rehogadas con Patata  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

13 Salteado de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

14 Lentejas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15 Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

16



17 Coditos con Tomate  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

20 Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

21 Ensalada Mixta  
Hot Dog  
Patatas Chips  
Agua  
Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

DÍA ESPECIAL

mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

6 Pasta sin Gluten Sin Huevo con Tomate

Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

7 Judías Pintas con Arroz

Bacalao al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

1

Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

2

Garbanzos Estofados con Verduras  
Jurel al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

3

Judías Verdes Rehogadas con Patata  
Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

13

Salteado de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

14

Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

15

Arroz con Verduras  
Palometa con Tomate  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

16



20

Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

21

Ensalada Mixta  
Salchichas de Pavo con Ketchup  
Patatas Chips  
Pan Sin Gluten y Agua  
Yogur**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

22

23

24

mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**6** Pasta Amatriciana  
Tortilla Francesa con Queso  
  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**7** Arroz con Zanahoria y Calabacín  
Limanda al Horno  
  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**8** Crema de Zanahoria  
Cinta de Lomo al Horno  
  
Patatas Dado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

**9** Sopa de Fideos  
Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  
Repollo Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**10** Crema de Verduras  
Caballa en Aceite  
  
Arroz Pilaf  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Patata + Carne + Fruta

**13** Brocoli Salteado  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

**14** Crema de Verduras  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Arroz con Zanahoria y Calabacín  
Jurel al Horno  
Champiñón Rehogado  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo

**16**  
  
**FESTIVO**

**17** Coditos con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**20** Arroz con Tomate  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**21**  **DÍA ESPECIAL**  
Ensalada Mixta  
Salchichas de Pavo con Ketchup  
Patatas Chips  
Pan y Agua  
Yogur  
**Cena:** Verdura + Pescado + Fruta

**22**

**23**

**24**

mediterránea

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

**6** Pasta Amatriciana  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**7** Judías Pintas con Arroz  
Cinta de Lomo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**1** Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

**2** Garbanzos Estofados con Verduras  
Filete de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Patata + Huevo + Fruta

**3** Judías Verdes Rehogadas con Patata Magro con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Arroz + Ave + Fruta

**13** Salteado de Verduras  
Pollo Asado  
Patatas Panadera  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo

**14** Judías Blancas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**16**



**17** Coditos con Tomate  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

**20** Arroz con Tomate  
Filete de Pollo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**21** Ensalada Mixta sin Atún  
Salchichas de Pavo con Ketchup  
Patatas Chips  
Agua  
Yogur de Soja  
**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

**22**

**23**

**24**

DÍA ESPECIAL

mediterránea