

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes



7	8	9 Arroz con salsa de tomate Albóndigas (1,6,10) a la jardinera Patatas dado Pan(1), fruta temporada	10 Garbanzos con verduras (12) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga y zanahoria Pan/Pan int (1,11), Fruta o yogurt	11 Macarrones integrales con tomate y queso gratinados (1,3,6,7,10) Merluza en salsa verde (2,4,14) Ensalada de lechuga y tomate Pan(1), fruta temporada
14 Lentejas Hortelanas (12) San Jacobo de jamón y queso (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,13,14) Ensalada de lechuga y zanahoria Pan(1), fruta temporada	15 Ensalada de pasta (1,3,6,10) con maíz, cebolla, tomate y pavo Tortilla a la francesa (3) Ensalada de lechuga y remolacha Pan/Pan int (1,11), Fruta temporada	16 Arroz integral tres delicias con york (7) maíz y zanahoria Salmon a la menieur (2,4,7,14) Ensalada de lechuga con aceitunas Pan(1), fruta temporada	17 Alubias blancas con verduras (12) Pollo asado con ajo y perejil Patatas panadera Pan/Pan int (1,11), Fruta o yogurt	18
21 Arroz a la milanesa con queso (7) Huevos a la cazadora (3) Ensalada lechuga con maíz Pan(1), fruta temporada	22 Crema de calabacín (12) Filete ruso en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Pan/Pan int (1,11), Fruta temporada	23 Sopa de Cocido con fideos integrales (1,6,10) Cocido completo (12) garbanzos patata, pollo, chorizo y zanahoria Pan(1), fruta temporada	24 Ensalada Alemana con patata (12) salchichas, tomate y maíz Abadejo a la andaluza (1,2,4,6,10,14) Ensalada de lechuga con pepino Pan/Pan int (1,11), Fruta o yogurt	25 Lentejas Campesinas (12) Rogout de pavo con verduras Patatas dado Pan(1), fruta temporada
28 Judías verdes con patata y zanahoria Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan(1), fruta temporada	29 Guiso de alubias blancas (12) Tortilla española (3) Ensalada de lechuga y maíz Pan/Pan int (1,11), Fruta temporada	30 Espagueti integral carbonara (1,3,6,7,10) Gallineta al horno en salsa (2,4,14) Champiñones rehogados Pan(1), fruta temporada		

