

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

2	3	4	5	6
Sopa de pescado y marisco con pasta Magro de cerdo a la riojana (lechuga y brotes soja) Pan blanco Fruta fresca	Arroz con pollo al curry Caballa en salsa de tomate (lechuga y aceitunas) Pan integral Fruta fresca	Garbanzos guisados con calabaza Revuelto de bacón (tomate aliñado) Pan blanco Fruta fresca	Lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atún Pollo adobado al estilo andaluz (patatas fritas) Pan blanco Fruta fresca	Tallarines marinera Calamar rabas rebozadas (lechuga y maíz) Pan blanco Yogur sabores variados
9	10	11	12	13
Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Coditos con tomate Merluza en salsa verde con guisantes Patatas dado al ajillo (Pan integral) Fruta fresca	Crema de calabacín Cinta de lomo al horno o plancha (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Arroz a banda Pollo asado en su jugo (lechuga y remolacha) Pan blanco Fruta fresca	Lentejas con verduras Tortilla de patatas y cebolla (lechuga y maíz) Pan blanco Yogur sabores variados
16	17	18	19	20
Arroz con verduras Bacalao rebozado al ajillo (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Garbanzos guisados con calabaza Jamoncitos de pollo (patatas fritas) Pan integral Fruta fresca	Crema de verduras y hortalizas Revuelto de jamón york con patatas (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Lentejas estofadas Salmon al horno con crumbie de cebolla (lechuga y remolacha) Pan blanco Fruta fresca	Lechuga, tomate, maíz y atún Macarrones boloñesa Ensalada de tomate y maíz Pan blanco Yogur
23	24	25	26	27
Crema de calabacín Estofado de magro con verduras (Lechuga y maíz) Pan blanco Fruta fresca	Alubias estofadas Filete de pollo en salsa mostaza (lechuga y zanahoria) Pan integral Fruta fresca	Arroz a la Milanese Merluza con rebozade pepinillo y cebolla Pan blanco Fruta fresca	Macarrones gratinados Caballa al horno (lechuga y tomate) Pan blanco Fruta fresca	Lentejas con zanahoria Huevos duros con pisto (lechuga y aceitunas) Pan blanco Yogur
30	31			
Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y queso fresco Albóndigas con salsa cebolla (lechuga y zanahoria) Pan blanco Fruta fresca	Crema de puerro y calabaza Ragout de ternera Patatas dado al ajillo (lechuga y tomate) Pan integral Fruta fresca			