

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Sopa de Arroz Integral Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	3 Crema de Calabaza y Patata Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	4 Arroz Integral con Verduras Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	5 Brócoli al Vapor Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	11 Coliflor con Pimentón Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Sopa de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada Verde Fruta de Temporada	17 Brócoli al Vapor Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada	24 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26 Brócoli al Pimentón Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Patatitas al Horno Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco (sin guisantes) Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas <i>Tortilla Francesa</i> Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana <i>Palometa al Horno al Limón</i> Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria <i>Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil</i> Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry <i>Merluza al Vapor al Romero</i> Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata <i>Caballitas en Aceite</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas <i>Tortilla Francesa</i> Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana <i>Palometa al Horno al Limón</i> Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria <i>Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil</i> Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry <i>Merluza al Vapor al Romero</i> Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata <i>Caballitas en Aceite</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas <i>Tortilla Francesa</i> Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria <i>Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil</i> Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry <i>Merluza al Vapor al Romero</i> Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata <i>Caballitas en Aceite</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral Salteado con Jamón York Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta con Verduras Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema de Verduras Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Dieta Albóndigas Horneadas en Salsa (sin Tomate, sin Zanahoria) Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Dietas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Dieta Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Crema de Calabaza y Patata Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Judías Verdes con Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral Salteado con Jamón York Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta con Verduras Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema de Verduras Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Dieta Albóndigas Horneadas en Salsa (sin Tomate, sin Zanahoria) Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Sopa de Arroz Integral Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Dieta Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Judías Verdes con Patata Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Coliflor Rehogada con Ajo Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Menestra Salteada Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Brócoli al Vapor San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Crema de Calabaza y Patata Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Brócoli al Vapor Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Judías Verdes con Patata Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Brócoli al Vapor Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Sopa de Arroz Integral Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Brócoli al Pimentón Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral Salteado con Jamón York Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Palometa al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral al Curry Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3	Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4	Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6	Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9	Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10	Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11	Potaje de Judías Blancas Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12	Arroz Integral Salteado con Jamón York Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13	Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16	Pasta con Verduras Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17	Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18	Crema de Verduras Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19	Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20	Arroz Integral al Curry Dieta Albóndigas Horneadas en Salsa (sin Tomate, sin Zanahoria) Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24	Alubias Pintas Estofadas Dietas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25	Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26	Puchero de Garbanzos Dieta Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27	Paella Integral de Marisco Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Pollo Asado Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Chuleta de Pavo Asada Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 <i>Crema Hortelana Sin Patata</i> Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur Desnatado</i>
9 Lentejas Caseras <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana <i>Merluza Asada</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur Desnatado</i>
16 Pasta Capresse <i>Palometa al Horno al Limón</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 <i>Crema Solferino Sin Patata</i> Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry <i>Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha</i> Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur Desnatado</i>
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 <i>Crema de Calabaza (Sin Patata)</i> <i>Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco <i>Tortilla Francesa</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada <i>Yogur Desnatado</i>
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Yogur de Soja	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Yogur de Soja	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Yogur de Soja	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Yogur de Soja	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Yogur de Soja	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur de Soja	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Yogur de Soja	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 <i>Crema de Calabaza y Patata</i> Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 <i>Judías Verdes con Patata</i> Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Permitida	27 Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral Salteado con Jamón York Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16 Pasta con Verduras Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema de Verduras Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa (sin Tomate, sin Zanahoria) Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Dietas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Dieta Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Dieta Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida
30	31			

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta a la Napolitana (sin tomate) Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3	Alubias Pintas Estofadas Dietas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4	Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6	Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9	Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10	Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11	Potaje de Judías Blancas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12	Arroz Integral Salteado con Jamón York Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13	Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16	Pasta con Verduras Tortilla Francesa Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17	Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18	Crema de Verduras Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19	Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20	Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa (sin Tomate, sin Zanahoria) Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24	Alubias Pintas Estofadas Dietas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25	Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26	Puchero de Garbanzos Dieta Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27	Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 <i>Pasta Napolitana Dieta</i> <i>Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina <i>Pollo Asado</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz <i>Filete de Cerdo a la Gallega</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras <i>Salchichas al Horno</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 <i>Pasta a la Provenzal Dieta</i> <i>Pollo al Horno</i> Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas <i>Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana <i>Alitas de Pollo Asadas con Pimentón</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 <i>Pasta Capresse Dieta</i> <i>Chuleta de Pavo Asada</i> Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino <i>Lomo Fresco de Cerdo en Salsa</i> Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas <i>Pavo al Horno</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 <i>Pasta con Tomate Dieta</i> Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas <i>Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno</i> Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata <i>Lomo Fresco de Cerdo en Salsa</i> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos <i>Pavo al Horno</i> Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 <i>Arroz Integral con Verduras</i> <i>Filete de Cerdo a la Gallega</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada Permitida
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada Permitida	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada Permitida
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada Permitida	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral con Verduras Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Brócoli al Vapor Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Brócoli al Vapor Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Brócoli al Pimentón Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Pasta Salteada con Ajo Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Jamoncitos de Pollo Horneados Verduritas Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Arroz Integral Salteado con Zanahoria Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Pasta con Tomate Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Arroz Integral con Verduras Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Sopa de Arroz Integral Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Pasta a la Napolitana Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Sopa de Arroz Integral Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Arroz Integral a la Cubana San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Pollo Asado Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Salchichas al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Chuleta de Pavo Asada Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta Napolitana Dieta Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta a la Provenzal Dieta Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Capresse Dieta Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Dieta Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	3 Crema de Calabaza y Patata Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Yogur Natural	4 Arroz Integral con Verduras Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Yogur Natural	5 Brócoli al Vapor Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Yogur Natural
9 Sopa de Arroz Integral Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Yogur Natural	10 Pasta en Salsa Provenzal Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Yogur Natural	11 Crema de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	12 Arroz Integral a la Cubana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Yogur Natural
16 Pasta Capresse Tortilla Francesa Ensalada Verde Yogur Natural	17 Brócoli al Vapor Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural	18 Crema Solferino Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Patatitas al Horno Yogur Natural	19 Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	20 Arroz Integral con Verduras Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Salteada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Yogur Natural	24 Sopa de Arroz Integral Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Yogur Natural	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Natural	26 Brócoli al Pimentón Pavo al Horno Patatitas al Horno Yogur Natural	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Lentejas Caseras Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16 Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30	31			

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	3	Alubias Pintas Estofadas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	4	Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Fruta de Temporada	5	Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	6	Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada
9	Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Fruta de Temporada	10	Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Fruta de Temporada	11	Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	12	Arroz Integral a la Cubana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	13	Crema de Puerro y Zanahoria Pavo al Horno Pisto Riojano Fruta de Temporada
16	Pasta con Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada	17	Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	18	Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Fruta de Temporada	19	Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20	Arroz Integral con Verduras Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Fruta de Temporada
23	Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Fruta de Temporada	24	Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Fruta de Temporada	25	Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26	Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada	27	Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta Napolitana Dieta 135g 3 R de HC Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	3	Alubias Pintas Estofadas 165g de Alubias 3 R de HC Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas (poca cantidad) Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	4	Arroz Integral Campesina 114g de Arroz 3 R de HC Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	5	Puchero Andaluz 100g de Garbanzos y 40g de Arroz Integral 3R de H.C Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	6	Crema Hortelana 65g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2 R de HC Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral 76g de Arroz 2 R de HC Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
9	Sopa de Arroz Integral 80g de Arroz 2 R de HC Tortilla de Patata y Espinacas 145g de Tortilla 2 R de HC Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	10	Pasta a la Provenzal Dieta 135g 3 R de HC Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas (poca cantidad) Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	11	Potaje de Judías Blancas 165g de Alubias 3 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	12	Arroz Integral a la Cubana 120g de Arroz 3 R de HC Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	13	Crema de Puerro y Zanahoria 100g de zanahoria,150g de puerro y 65g de patata 2R de HC Redondo de Pavo al Horno Guisantes al Ajillo 100g de Guisantes 1 R de HC Pan Sin Gluten (50g) 2,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
16	Pasta Capresse Dieta 180 g Pasta 4 R de HC Palometa al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Sin Gluten (20g) 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	17	Garbanzos Guisados 165g de Garbanzos 3 R de HC Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	18	Crema Solferino 100g de Patata y 150g de Puerro 2 R de HC Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno 35g de Patatas 1 R de HC Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	19	Coliflor Rehogada con Ajo 150g de Coliflor 0,5 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 143g de Tortilla 2 R de HC Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten (50g) 2,5 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	20	Arroz Integral con Verduras 114g de arroz 3 R de HC Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Salteada (Poca Cantidad) Pan Sin Gluten (50g) 2,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
23	Pasta con Tomate Dieta 135 g de Pasta 3 R de HC Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	24	Alubias Pintas Estofadas 165g de Alubias 3 R de HC Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor (poca cantidad) Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	25	Crema de Calabaza y Patata 200g de Calabaza y 65g de Patata 2 R de HC Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Arroz Pilaf Integral 40g de Arroz 1 R de HC Pan Sin Gluten (40g) 2 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	26	Puchero de Garbanzos 165g de Garbanzos 3 R de HC Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas 125g de Judías Verdes 0,5 R de HC Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	27	Paella Integral de Marisco 114g de Arroz 3 R de HC Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten (30g) 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta a la Napolitana 135g de Pasta 3 R de HC Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	3	Alubias Pintas Estofadas 165g de Alubias 3 R de HC Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas (poca cantidad) Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	4	Arroz Integral Campesina 114g de Arroz 3 R de HC Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	5	Puchero Andaluz 100g de Garbanzos y 40g de Arroz Integral 3R de H.C Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada 1R de HC	6	Crema Hortelana 65g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2 R de HC Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral 40g de Arroz 1 R de HC Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
9	Lentejas Caseras 150g de Lentejas 3 R de HC Tortilla de Patata y Espinacas 72,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada Verde Fruta de Temporada 1R de HC	10	Pasta a la Provenzal 135g de Pasta 3 R de HC Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas (poca cantidad) Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	11	Potaje de Judías Blancas 165g de Alubias 3 R de HC Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	12	Arroz Integral a la Cubana 120g de Arroz 3 R de HC Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	13	Crema de Puerro y Zanahoria 98g de Patata,100g de Zanahoria y 150g de Puerro 2,5 R de H.C Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral 40G de Pan 2 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
16	Pasta Capresse 135g de Pasta 3 R de HC Palometa al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	17	Garbanzos Guisados 165g de Garbanzos 3 R de HC Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	18	Crema Solferino 100g de Patata y 150g de Puerro 2 R de HC Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno 35g de Patatas 1 R de HC Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	19	Potaje de Lentejas 100g de Lentejas 2 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 71,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	20	Arroz Integral al Curry 114g de Arroz 3 R de HC Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Salteada (Poca Cantidad) Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
23	Pasta con Tomate 135g de Pasta 3 R de HC Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	24	Alubias Pintas Estofadas 165g de Alubias 3 R de HC Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor (poca cantidad) Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	25	Crema de Calabaza y Patata 200g de Calabaza y 65g de Patata 2 R de HC Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Pan Integral 40G de Pan 2 R de HC	26	Puchero de Garbanzos 100g de Garbanzos 2 R de HC Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas 125g de Judías Verdes 0,5 R de HC Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	27	Paella Integral de Marisco 80g de Arroz 2 R de HC Tortilla de Patata y Cebolla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Triturado de Verduras con Pescado	3	Triturado de Alubias con Pavo	4	Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	5	Triturado de Garbanzos con Huevo	6	Triturado de Verduras con Pollo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
9	Triturado de Lentejas con Huevo	10	Triturado de Zanahoria y Patata con Pescado	11	Triturado de Alubias con Cerdo	12	Triturado de Verduras con Pescado	13	Triturado de Zanahoria y Patata con Pavo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
16	Triturado de Verduras con Pescado	17	Triturado de Garbanzos con Pollo	18	Triturado de Verduras con Pescado	19	Triturado de Lentejas con Huevo	20	Triturado de Verduras con Cerdo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
23	Triturado de Verduras con Pollo	24	Triturado de Alubias con Pescado	25	Triturado de Calabaza y Patata con Magro	26	Triturado de Garbanzos con Pescado	27	Triturado de Verduras con Huevo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Triturado de Verduras con Pescado	3	Triturado de Alubias con Pavo	4	Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	5	Triturado de Garbanzos con Huevo	6	Triturado de Verduras con Pollo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
9	Triturado de Lentejas con Huevo	10	Triturado de Zanahoria y Patata con Pescado	11	Triturado de Alubias con Cerdo	12	Triturado de Verduras con Pescado	13	Triturado de Zanahoria y Patata con Pavo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
16	Triturado de Verduras con Pescado	17	Triturado de Garbanzos con Pollo	18	Triturado de Verduras con Pescado	19	Triturado de Lentejas con Huevo	20	Triturado de Verduras con Cerdo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
23	Triturado de Verduras con Pollo	24	Triturado de Alubias con Pescado	25	Triturado de Calabaza y Patata con Magro	26	Triturado de Garbanzos con Pescado	27	Triturado de Verduras con Huevo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Triturado de Verduras con Pescado	3	Triturado de Alubias con Pavo	4	Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	5	Triturado de Garbanzos con Cerdo	6	Triturado de Verduras con Pollo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
9	Triturado de Lentejas con Pollo	10	Triturado de Zanahoria y Patata con Pescado	11	Triturado de Alubias con Cerdo	12	Triturado de Verduras con Pescado	13	Triturado de Zanahoria y Patata con Pavo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
16	Triturado de Verduras con Pescado	17	Triturado de Garbanzos con Pollo	18	Triturado de Verduras con Pescado	19	Triturado de Lentejas con Pavo	20	Triturado de Verduras con Cerdo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
23	Triturado de Verduras con Pollo	24	Triturado de Alubias con Pescado	25	Triturado de Calabaza y Patata con Magro	26	Triturado de Garbanzos con Pescado	27	Triturado de Verduras con Pavo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Triturado de Verduras con Pescado	3	Triturado de Verduras con Pavo	4	Triturado de Arroz Integral, Zanahoria y Patata con Pescado	5	Triturado de Verduras con Huevo	6	Triturado de Verduras con Pollo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
9	Triturado de Verduras con Huevo	10	Triturado de Zanahoria y Patata con Pescado	11	Triturado de Verduras con Cerdo	12	Triturado de Verduras con Pescado	13	Triturado de Zanahoria y Patata con Pavo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
16	Triturado de Verduras con Pescado	17	Triturado de Verduras con Pollo	18	Triturado de Verduras con Pescado	19	Triturado de Verduras con Huevo	20	Triturado de Verduras con Cerdo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
23	Triturado de Verduras con Pollo	24	Triturado de Verduras con Pescado	25	Triturado de Calabaza y Patata con Magro	26	Triturado de Verduras con Pescado	27	Triturado de Verduras con Huevo
	Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Triturado de Frutas		Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana (sin tomate) Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Dietas Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Sin Tomate Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Dieta Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal (sin tomate) Pollo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral Rehogado Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta con Verduras Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Dieta Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema de Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Dietas Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Dieta Pavo al Horno Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Arroz Integral con Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 <i>Crema de Verduras</i> Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 <i>Sopa de Arroz Integral</i> Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 <i>Crema Hortelana</i> Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta Salteada con Ajo Merluza Asada Pan Fruta de Temporada Permitida	3	Champiñones Encebollados Pavo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	4	Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pan Fruta de Temporada Permitida	5	Brócoli al Vapor Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	6	Judías Verdes Salteadas Jamoncitos de Pollo Horneados Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9	Champiñones Rehogados con un Chorrito de Aceite Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	10	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Palometa al Horno Encebollada Pan Fruta de Temporada Permitida	11	Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	12	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Merluza Asada Pan Fruta de Temporada Permitida	13	Pasta Salteada con Ajo Pavo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16	Pasta Salteada con Pollo Palometa al Horno al Limón Pan Fruta de Temporada Permitida	17	Brócoli al Vapor Pollo Asado Pan Fruta de Temporada Permitida	18	Sopa de Arroz Blanco Filete de Abadejo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	19	Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida	20	Arroz Blanco Rehogado Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Pan Fruta de Temporada Permitida	24	Champiñones Encebollados Merluza al Vapor al Ajillo Pan Fruta de Temporada Permitida	25	Arroz Blanco Rehogado Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Fruta de Temporada Permitida	26	Brócoli al Pimentón Filete de Abadejo al Horno Pan Fruta de Temporada Permitida	27	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Tortilla Francesa Pan Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta Salteada con Ajo Merluza Asada Pan Yogur Natural	3	Champiñones Encebollados Pavo al Horno Pan Yogur Natural	4	Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pan Yogur Natural	5	Brócoli al Vapor Tortilla Francesa Pan Yogur Natural	6	Judías Verdes Salteadas Jamoncitos de Pollo Horneados Pan Yogur Natural
9	Champiñones Rehogadas con un Chorrito de Aceite Tortilla Francesa Pan Yogur Natural	10	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Palometa al Horno Encebollada Pan Yogur Natural	11	Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla Francesa Pan Yogur Natural	12	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Merluza Asada Pan Yogur Natural	13	Pasta Salteada con Ajo Pavo al Horno Pan Yogur Natural
16	Pasta Salteada con Pollo Palometa al Horno al Limón Pan Yogur Natural	17	Brócoli al Vapor Pollo Asado Pan Yogur Natural	18	Sopa de Arroz Blanco Filete de Abadejo al Horno Pan Yogur Natural	19	Coliflor Rehogada con Ajo Tortilla Francesa Pan Yogur Natural	20	Arroz Blanco Rehogado Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Yogur Natural
23	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Jamoncitos de Pollo Asados Pan Yogur Natural	24	Champiñones Encebollados Merluza al Vapor al Ajillo Pan Yogur Natural	25	Arroz Blanco Rehogado Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Pan Yogur Natural	26	Brócoli al Pimentón Filete de Abadejo al Horno Pan Yogur Natural	27	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Tortilla Francesa Pan Yogur Natural
30		31							

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Pasta Salteada sin Ajo Dieta Merluza Asada Sin Ajo Jardinera de Verduras (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	3	Crema de Calabaza y Patata Pavo al Horno (sin ajo,sin perejil) Zanahorias Guisadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	4	Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde (sin ajo,sin perejil) Menestra Salteada (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	5	Brócoli al Vapor (sin ajo) Tortilla Francesa Patatas Rehogadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	6	Judías Verdes Salteadas Sin Ajo Jamoncitos de Pollo Horneados (sin ajo) Arroz Blanco (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida
9	Sopa de Arroz Blanco Tortilla de Patata y Espinacas Brócoli al Vapor (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	10	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Dieta Palometa al Horno Encebollada (sin ajo,sin perejil) Zanahorias Guisadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	11	Judías Verdes con Patata Tortilla Francesa Verduritas al Vapor (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	12	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Merluza Asada Sin Ajo Menestra al Vapor (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	13	Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno (sin ajo,sin perejil) Guisantes Salteados (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida
16	Pasta con Verduras (Calabacín, Zanahoria) Dieta Palometa al Horno al Limón (Sin ajo,sin perejil) Zanahorias Guisadas Sin Ajo Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	17	Brócoli al Vapor Sin Ajo y sin Perejil Pollo asado con Chimichurri (sin ajo,sin perejil) Arroz Blanco (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	18	Crema de Verduras (Patata, Calabacín, Zanahoria) Abadejo al Horno a la Vizcaína (sin ajo) Patatitas al Horno Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	19	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Dieta Tortilla de Patata y Calabacín Verduritas Guisadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	20	Arroz Blanco con Verduras Dieta Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha (sin ajo) Menestra Salteada (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida
23	Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Dieta Jamoncitos de Pollo Asados (sin ajo) Guisantes Salteados (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	24	Sopa de Arroz Blanco Merluza al Vapor Zanahorias al Vapor (Sin Ajo y sin Perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	25	Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha (sin ajo) Verduritas Guisadas (sin ajo) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	26	Brócoli al Pimentón Sin Ajo Abadejo al Horno con Salsa de Adobo (Sin ajo) Judías Verdes Salteadas Sin Ajo Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida	27	Arroz Blanco Salteado con Jamón York Tortilla Francesa Patatas Rehogadas (sin ajo,sin perejil) Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Permitida
30		31							

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Judías Verdes Salteadas Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Verduritas Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 Brócoli al Pimentón Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Crema Hortelana Lomo Fresco de Cerdo en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	27 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur Natural	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Zanahorias Guisadas Pan Integral Yogur Natural	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Ensalada Verde Pan Integral Yogur Natural	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur Natural	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Arroz Pilaf Integral Pan Integral Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Ensalada Verde Pan Integral Yogur Natural	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Zanahorias Guisadas Pan Integral Yogur Natural	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur Natural	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur Natural	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pisto Riojano Pan Integral Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Yogur Natural	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur Natural	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Patatitas al Horno Pan Integral Yogur Natural	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur Natural	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Menestra Salteada Pan Integral Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Ensalada Verde Pan Integral Yogur Natural	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Zanahorias al Vapor Pan Integral Yogur Natural	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Yogur Natural	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Yogur Natural	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Yogur Natural
30	31			

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Pasta a la Napolitana Merluza Asada Pan Integral Fruta de Temporada	3 Alubias Pintas Estofadas Redondo de Pavo al Horno Pan Integral Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Filete de Abadejo al Horno en Salsa Verde Pan Integral Fruta de Temporada	5 Puchero Andaluz Tortilla de Patata y Cebolla Pan Integral Fruta de Temporada	6 Crema Hortelana Jamoncitos de Pollo Horneados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Lentejas Caseras Tortilla de Patata y Espinacas Pan Integral Fruta de Temporada	10 Pasta en Salsa Provenzal Palometa al Horno Encebollada Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Tortilla Francesa Pan Integral Fruta de Temporada	12 Arroz Integral a la Cubana Palitos de Merluza Fritos Pan Integral Fruta de Temporada	13 Crema de Puerro y Zanahoria Redondo de Pavo al Horno Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16 Pasta Caprese Caballitas en Aceite Pan Integral Fruta de Temporada	17 Garbanzos Guisados Pollo asado con Chimichurri Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Solferino Abadejo al Horno a la Vizcaína Pan Integral Fruta de Temporada	19 Potaje de Lentejas Tortilla de Patata y Calabacín Pan Integral Fruta de Temporada	20 Arroz Integral al Curry Albóndigas Horneadas en Salsa Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Tomate Jamoncitos de Pollo Asados Pan Integral Fruta de Temporada	24 Alubias Pintas Estofadas Merluza al Vapor al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Pan Integral Fruta de Temporada	26 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Pan Integral Fruta de Temporada	27 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
30	31			

mediterránea