

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07	08	09	10	11
	Alubias blancas estofadas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, Filete de pavo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	Arroz a la hortelana (calabacín, zanahoria, p. rojo, verde, tomate) Garbanzos estofados Yogur natural sin azúcar y pan	Crema de zanahoria Estofado de cerdo a la jardinera (cebolla, zanahoria, tomate) Fruta y pan	Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan
14	15	16	17	18
Vichyssoise Contramuslo de pollo a la plancha con ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural sin azúcar y pan	Lentejas estofadas (patata, cebolla, zanahoria, guisantes) Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta y pan	Menestra de verduras salteada (patata, Estofado de cerdo con gajos de manzana y patata Fruta y pan	Arroz napolitana (tomate) Garbanzos estofados Fruta y pan
21	22	23	24	25
Crema de calabacín y calabaza Albóndigas de ternera a la jardinera (cebolla, zanahoria, tomate) Ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate Lomo asado en salsa rubia con calabacín (cebolla, zanahoria) Yogur natural sin azúcar y pan	Arroz con cebolla, zanahoria y guisantes (tomate) Lentejas estofadas (patata, cebolla, zanahoria, guisantes) Fruta y pan	Ensalada de patata Contramuslo de pollo horno con salsa española (cebolla, puerro, Fruta y pan	Garbanzos estofados Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan
28	29	30		
Arroz napolitana (tomate) Contramuslo de pollo a la plancha con ajo y perejil Ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	Verdura tricolor (patata, judía, zanahoria) Lentejas estofadas (patata, cebolla, zanahoria, guisantes) Fruta y pan	Espirales integrales a la italiana con queso rallado (tomate) Filete de pavo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar y pan		