

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4

5

6

7

CREMA DE
CALABAZA

FILETE DE GALLO
AL HORNO CON
VERDURAS
REHOGADAS
MANDARINAS
PAN BLANCO

8

ESPIRALES CON
CARNE DE
TERNERA,
TOMATE Y QUESO
ENSALADA CON
ACEITUNAS
VERDES
MANZANA
PAN INTEGRAL

11

CREMA DE
PESCADO CON
PICATOSTES

POLLO CON
ESPINACAS
REHOGADAS
MANDARINAS
PAN BLANCO

12

SOPA DE
VERDURAS CON
CABELLO DE
ÁNGEL
RAPE AL HORNO
CON ENSALADA
CON MAÍZ Y
ZANAHORIA
PERA
PAN INTEGRAL

13

PURÉ DE
LENTEJAS
TORTILLA DE
PATATAS CON
ENSALADA DE
TOMATE
YOGURT
DESNATADO
PAN BLANCO

14

MACARRONES
CON TOMATE Y
QUESO

ENSALADA CON
ATÚN

MANZANA
PAN INTEGRAL

15

PUCHERO CON
ARROZ

ROSADA CON
ENSALADA CON
MAÍZ Y
ZANAHORIA
PLÁTANO
PAN BLANCO

18

CREMA DE
CALABACÍN

BONITO CON
TOMATE CON
ARROZ HERVIDO

MANZANA
PAN INTEGRAL

19

ESPAGUETIS
INTEGRALES CON
ATÚN, TOMATE Y
QUESO
ENSALADA CON
MAÍZ Y
ZANAHORIA
PERA
PAN BLANCO

20

POTAJE DE JUDÍAS

TORTILLA
FRANCESA CON
ENSALADA DE
TOMATE
YOGURT
DESNATADO
PAN INTEGRAL

21

SOPA DE
ESTRELLITAS

ESTOFADO DE
PAVO CON
GUISANTES Y
ZANAHORIAS
PLÁTANO
PAN BLANCO

22

ARROZ CALDOSO
CON PESCADO
RABAS DE
CALAMAR FRITAS
CON ENSALADA
CON MAÍZ Y
ZANAHORIA
MANDARINAS
PAN BLANCO

25

CREMA DE
ZANAHORÍAS

FILETE DE GALLO
AL HORNO CON
JUDÍAS VERDES
REHOGADAS
MANDARINAS
PAN BLANCO

26

LENTEJAS

TORTILLA DE
CALABACÍN CON
ENSALADA CON
MAÍZ Y
ZANAHORIA
MANZANA
PAN INTEGRAL

27

MACARRONES
INTEGRALES CON
TOMATE Y QUESO

ENSALADA CON
JAMÓN COCIDO
YOGURT
DESNATADO
PAN BLANCO

28

EMBLANCO DE
PESCADO

CONTRAMUSLO
DE POLLO CON
PATATAS COCIDAS

PLÁTANO
PAN INTEGRAL

29

POTAJE DE
GARBANZOS CON
ACELGAS
FILETE DE TILAPIA
CON ENSALADA
DE TOMATE

PERA
PAN BLANCO