

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1

Crema de calabaza  
Carne mechada con patatas cocidas  
Manzana  
Pan sin gluten

2

Potaje de judías  
Rape al horno con ensalada con maíz y zanahoria  
Mandarinas  
Pan sin gluten

3

Pasta de arroz con carne de ternera, tomate y queso  
Ensalada con maíz, zanahoria y pepino  
Yogurt desnatado  
Pan sin gluten

4

Puré de lentejas  
Tortilla de atún con ensalada de tomate  
Pera  
Pan sin gluten

5

Sopa de verduras con arroz  
Rosada frita con ensalada con maíz y zanahoria  
Plátano  
Pan sin gluten

8

Crema de calabacín y puerros  
Filete de tilapia al horno con guisantes con bacón salteados  
Mandarinas  
Pan sin gluten

9

Pasta de arroz con atún, tomate y queso  
Ensalada con maíz, zanahoria y pepino  
Pera  
Pan sin gluten

10

Paella de verduras con mejillones y gambas  
Filete de gallo al horno con ensalada con maíz y zanahoria  
Yogurt desnatado  
Pan sin gluten

11

Sopa de verduras con fideos de arroz  
Contramuslo de pollo al horno con patatas cocidas  
Plátano  
Pan sin gluten

12

Puchero  
Tortilla francesa con ensalada de tomate  
Manzana  
Pan sin gluten

15

Crema de zanahorias  
Magro con tomate con patatas cocidas  
Mandarinas  
Pan sin gluten

16

Lentejas  
Filete de panga al horno con ensalada con maíz y zanahoria  
Manzana  
Pan sin gluten

17

Pasta de arroz con tomate y queso  
Ensalada con atún, maíz y zanahoria  
Yogurt desnatado  
Pan sin gluten

18

Crema de pescado  
Tortilla de jamón cocido con ensalada de tomate  
Pera  
Pan sin gluten

19

Potaje de garbanzos con acelgas  
Rabas de calamar fritas con ensalada con maíz y zanahoria  
Plátano  
Pan sin gluten

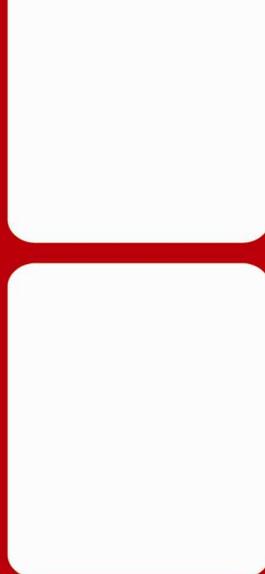
22

Crema de calabacín  
Filete de gallo al horno con judías verdes rehogadas  
Manzana  
Pan sin gluten

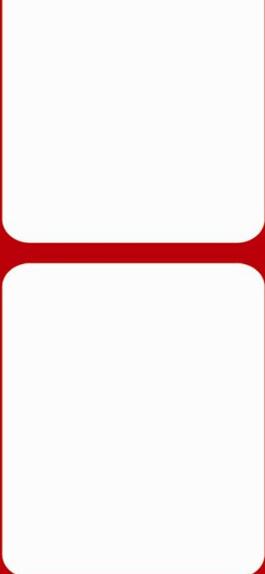
23

Sopa de fideos de arroz con pescado  
Hamburguesa de ternera al horno con ensalada de tomate  
Mandarinas  
Pan sin gluten

24



25



26

