



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

31

Crema de champiñones
Bonito con tomate con espinacas rehogadas
Pera
Pan blanco

1

Sopa de verduras con garbanzos
Tortilla calabacín con ensalada de tomate
Melón
Pan integral

2

Ensalada con tomate, maíz, zanahoria, pepino y aceitunas
Espirales con tomate y queso
Yogurt de soja
Pan blanco

3

Sopa de verduras con cabello de ángel
Estofado de pavo con judías verdes y zanahoria
Plátano
Pan integral

4

Lentejas con arroz
Rosada al horno con ensalada con maíz, zanahoria y pepino
Manzana
Pan blanco

7

Crema de calabacín y puerros
Filete de gallo al horno con coliflor salteada
Plátano
Pan integral

8

Ensalada con tomate, maíz, zanahoria, pepino y aceitunas
Espaguetis con tomate
Yogurt de soja
Pan blanco

9

Potaje de judías vegetal
Pinchitos de pollo con arroz hervido
Pera
Pan integral

10

Sopa de verduras con estrellitas
Tortilla de patatas con ensalada de tomate
Sandía
Pan blanco

11

Crema de guisantes
Rape al horno con ensalada con maíz, zanahoria y pepino
Manzana
Pan blanco

14

Crema de calabaza
Salmón con patatas al horno
Manzana
Pan integral

15

Lentejas
Escalope de pollo al horno con zanahorias baby cocidas
Melón
Pan blanco

16

Ensalada con tomate, maíz, zanahoria, pepino y aceitunas
Macarrones con champiñones con tomate
Yogurt de soja/Pan integral

17

Potaje de garbanzos con acelgas
Rabas de calamar al horno con ensalada con maíz, zanahoria y pepino
Pera
Pan blanco

18

Arroz con pisto
Tortilla de judías verdes con ensalada con maíz, zanahoria y pepino
Sandía
Pan blanco

21

Crema de zanahoria con judías blancas
Filete fogonero con espinacas rehogadas
Plátano
Pan blanco

22

Cazuela de fideos con mejillones y gambas
Tortilla francesa con ensalada de tomate
Melón
Pan integral

23

Hamburguesa de ternera en pan con patatas deluxe y ensalada
Zumo de naranja
Polo