

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduritas al Vapor Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	3 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	5 Pasta Napolitana Dieta Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Sin Gluten Fruta de Temporada
9 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	10 Pasta con Tomate Dieta Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	12 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada
16 Arroz a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	17 Pasta con Verduras Dieta Tortilla de Espinacas Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	18 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Salteadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	19 Pasta con Tomate Dieta Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Crema de Calabaza Filete de Caballa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Natillas

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	3 Crema de Zanahoria y Boniato Hamburguesa de Ternera a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	4 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	5 Pasta Napolitana Dieta Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	6 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada
9 Crema Parmentiere Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	11 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	12 Alubias Blancas Guisadas Filete de Pollo a la Plancha Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada	13 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada
16 Arroz a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada	17 Lentejas Estofadas Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural	19 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Gazpacho Filete de Caballa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Natillas

mediterránea

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Arroz Campesina Bacalao al Horno Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada	3 Crema de Zanahoria y Boniato Hamburguesa de Ternera a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	4 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	5 Pasta Napolitana Dieta Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	6 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada
9 Crema Parmentiere Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	10 Coliflor Rehogada con Ajo Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada	11 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	12 Alubias Blancas Guisadas Filete de Pollo a la Plancha Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada	13 Pasta con Verduras Dieta Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada
16 Arroz a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada	17 Brócoli al Pimentón Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	18 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	19 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Gazpacho Filete de Caballa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea