



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Crema de coliflor (Coliflor, puerro, cebolla y patata)	2 Sopa de cocido (pasta)	3 Arroz a la milanesa (guisantes, ajo, cebolla, tomate y jamón)	4 Lentejas caseras (harina, zanahoria, tomate, patata, ajo, pimiento y cebolla)
	Espárragos blancos con mahonesa		Mero al horno en salsa verde (harina, cebolla, ajo y perejil)	Tortilla española (Huevo, patata y cebolla)
	Pollo asado a las finas hierbas (Cebolla, vino, tomillo y laurel)	Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo		
	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Champiñón	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas
Fruta	Pan y agua	Fruta/Yogur de soja	Fruta/Yogur de soja	Fruta
		Pan y agua	Pan integral y agua	Pan y agua
7 Judías pintas con arroz (harina, ajo, cebolla, tomate, pimiento, patata y zanahoria)	8 Fusilli a la napolitana (pasta, cebolla, tomate, albahaca y oregano)	9 Menestra de verduras (judías verdes, zanahoria, alcachofa, champiñón, espárrago y guisante)	10 Arroz con verduras (cebolla, ajo, tomate, zanahoria, pimiento y alcachofa)	11 Guiso de garbanzos con calamares (harina, cebolla, ajo, tomate, zanahoria, pimiento y calamares)
	Salteado de alcachofas, champiñón y espárragos		Verduras asadas (calabacín, patata, pimiento, cebolla, y champiñón)	
Nuggets de pollo y calamares a la romana	Merluza al horno en salsa de piquillos (harina, cebolla, ajo, tomate y pimiento)	Albóndigas en salsa (carne de cerdo, harina, cebolla, ajo, vino, tomate y zanahoria)	Boquerones a la andaluza (harina)	Filetitos de pavo asado en salsa de zanahoria (harina, cebolla, ajo, zanahoria y vino)
Taquitos de tomate aliñados (aceite de oliva, sal y oregano)	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Patatas panadera
Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta/Yogur de soja
	Pan y agua	Pan y agua	Pan integral y agua	Pan y agua
14 Lentejas a la riojana (harina, ajo, cebolla, pimiento, zanahoria, patata, tomate y carne de cerdo)	15 Crema de calabaza (calabaza, puerro, cebolla, zanahoria y patata)	16 Sopa de cocido (pasta)	17 Arroz 5 delicias (guisante, zanahoria, huevo, gamba y york)	18 Plumas con salsa de tomate (pasta y salsa de tomate)
			Coliflor aliñada	Hervido de acelgas con patatas
Tortilla francesa con atún (huevo y atún)	Tacos de pollo al ajillo (ajo, vino y perejil)	Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo...	Escalopines de cerdo (carne de cerdo, huevo y pan rallado)	Palometa guisada en salsa verde (harina, cebolla, ajo, zanahoria y perejil)
Salteado de verduras	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Salteado de setas	Patatas al vapor
Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta
	Pan y agua	Pan y agua	Pan integral y agua	Pan y agua
21 Judías blancas con almejas (harina, cebolla, ajo, pimiento, zanahoria, patata, tomate y almeja)	22 Tallarines con salsa de tomate (pasta y salsa de tomate)	23 Sopa de marisco con estrellitas (pasta, cebolla, tomate, ajo, gamba, mejillón, almeja, calamar y pescados)	24 Velouté de guisantes (guisantes, puerro, patata, cebolla y calabacín)	25 Arroz caldoso con costillas (cebolla, ajo, pimiento, tomate y carne de cerdo)
	Verduras asadas	Lombarda rehogada con pasas y piñones		Espárragos verdes a la plancha
Tortilla española (huevo, patata y cebolla)	Bacalao a la vizcaína (pimiento, cebolla, harina y salsa de tomate)	Pechuga de pollo con setas de setas (harina, cebolla, ajo y salsa)	Albóndigas en salsa (carne de cerdo, cebolla, harina, ajo, zanahoria y vino)	Merluza a la romana (harina y huevo)
Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Patatas al vapor	Salteado de verduras	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas
Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta/Yogur de soja	Fruta	Fruta/Yogur de soja
	Pan y agua	Pan y agua	Pan integral y agua	Pan y agua
28 Guiso de patatas con ternera y verduras (harina, cebolla, ajo, tomate, zanahoria, alcachofas y guisantes)	29 Lentejas hortelanas (harina, cebolla, ajo, pimiento, zanahoria, patata, tomate)	30 Espaguetis nero con gambas (pasta, tinta de sepia, ajo, gambas y caldo de pescado)	31 Arroz con salsa de tomate	
Menestra de verduras con jamón		Brócoli aliñado	Salteado de setas, gambas y espárragos	
Chuleta de sajonia a la plancha (carne de cerdo)	Skipper de bacalao (harina y leche)	Escalope de Contramuslo de pollo (huevo y pan rallado)	Filete de abadejo al vino blanco (harina, pimiento, cebolla, ajo, vino, perejil y caldo de pescado)	
Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz	Ensalada de tomate y maíz	Patatas al ajo-perejil	
Fruta	Fruta/Yogur de soja	Fruta/Yogur de soja	Fruta	
	Pan y agua	Pan y agua	Pan integral y agua	

