



SEMANA 1			MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
1º plato			ARROZ CON VERDURAS	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA	FESTIVO
2º plato			TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA	POLLO AL HORNO CON ENSALADA	
Postre			FRUTA	YOGUR	
Merienda			BATIDO DE FRUTA GALLETAS	MACEDONIA	PAN INTEGRAL CON CHOCHOLATE Y LECHE

PROPUESTA DE CENAS

1º plato			PATATA CON JUDÍA VERDE	LENTEJAS CON PIMIENTO Y HUEVO DURO	
2º plato			PESCADO AL HORNO		
Postre			FRUTA	FRUTA	

SEMANA 2	LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
1º plato	CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES	ARROZ CON SALSA DE TOMATE	GARBANZOS CON VEGETALES	PATATAS A LO POBRE	ESPIRALES AL PESTO
2º plato	HAMBURGUESA CON ENSALADA	MEDALLONES DE PAVO CON ENSALADA	HUEVOS CON SALSA AURORA	PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA	COLITAS DE RAPE CON SALSA DE PUERRO Y CALABACÍN REBOZADO
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
Merienda	BAGUETTE CON ACEITE, QUESO FRESCO Y LECHE	MACEDONIA	YOGUR LÍQUIDO CON CEREALES	MACEDONIA	PAN INTEGRAL CON CHOCHOLATE Y LECHE

PROPUESTA DE CENAS

1º plato	GUISANTES CON JAMÓN	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS Y PATATAS	SOPA DE CALDO CON PASTA	ARROZ CON CHAMPIÑONES Y BERENJENA	ENSALADA
2º plato	TORTILLA DE CALABACÍN		LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA	BOCADILLO DE TORTILLA O QUESO
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

SEMANA 3	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
1º plato	JUDÍAS VERDES CON PATATAS	MACARRONES CON BERENJENA	ARROZ 3 DELÍCIAS	LENTEJAS VEGETALES	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES
2º plato	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA GRIEGA	MERLUZA AL LIMÓN CON ENSALADA	ESTOFADO DE PAVO	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA	CANELONES DE ATÚN
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
Merienda	BAGUETTE CON ACEITE, JAMÓN COCIDO Y LECHE	MACEDONIA	YOGUR LÍQUIDO CON CEREALES	MACEDONIA	PAN INTEGRAL CON CHOCHOLATE Y LECHE

PROPUESTA DE CENAS

1º plato	ARROZ CON ZANAHORIA Y CALABACÍN	GARBANZOS CON VERDURAS Y JAMÓN	PATATA Y VERDURA AL VAPOR	SOPA DE CALDO	ENSALADA
2º plato	TORTILLA FRANCESA		SALMÓN AL HORNO	POLLO A LA PLANCHA CON BRÓCOLI	BOCADILLO O PIZZA CASERA DE QUESO O VERDURAS
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA



SEMANA 4	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
1º plato	SOPA DE CALDO CON PISTONES	ALUBIAS VEGETALES	JUDÍA VERDE CON PATATA Y ALL I OLI	FIDEUÁ	ARROZ CON TOMATE
2º plato	ESCALOPA CON ENSALADA	REVUELTO CON QUESO Y ENSALADA	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	POLLO AL HORNO CON ENSALADA	PERCA CON AJO Y PEREJIL CON ENSALADA
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
Merienda	BAGUETTE CON ACEITE, QUESO FRESCO Y LECHE	MACEDONIA	YOGUR LÍQUIDO CON CEREALES	MACEDONIA	PAN INTEGRAL CON CHOCHOLATE Y LECHE

PROPUESTA DE CENAS

1º plato	PURÉ DE PATATA CON PISTO DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS	ARROZ CON VERDURAS Y HUEVO DURO	GUISANTES CON ZANAHORIA Y CEBOLLA	ENSALADA
2º plato	PESCADO A LA PLANCHA	POLLO A LA PLANCHA		LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	TORTILLA DE PATATA
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

SEMANA 5	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
1º plato	CALABACÍN CON PATATAS	CODITOS CON SALSA DE QUESO	LENTEJAS VEGETALES	ARROZ CON TOMATE	PATATAS A LA MARINERA
2º plato	LOMO REBOZADO CON ENSALADA	MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA	MEDALLONES DE PAVO CON TOMATES ALIÑADOS	HAMBURGUESAS CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON AROS DE CEBOLLA
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
Merienda	BAGUETTE CON ACEITE, JAMÓN COCIDO Y LECHE	MACEDONIA	YOGUR LÍQUIDO CON CEREALES	MACEDONIA	PAN INTEGRAL CON CHOCHOLATE Y LECHE

PROPUESTA DE CENAS

1º plato	ARROZ CON VERDURAS	CREMA DE CALABACÍN	PATATAS CON VERDURA VARIADA	GARBANZOS CON VERDURAS Y HUEVO DURO	ENSALADA
2º plato	PESCADO AL HORNO	POLLO A LA PLANCHA	PESCADO A LA PLANCHA		QUICHE DE QUESO Y VERDURAS
Postre	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA