



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2	3
1r Plato			Lentejas guisadas con verduras (1)	Arroz tres delicias (zanahoria, guisante, jamón cocido, tortilla) (3,6)	Ensaladilla rusa (3,4)
2º Plato			Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3)	Jamonicitos de pollo a la naranja con ensalada de tomate a dados	Pavo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Postre			Yogur natural sin azucarar (7)	Donut	Fruta
	6	7	8	9	10
1r Plato	Arroz con salsa de tomate	Garbanzos guisados con verduras	Fideos a la cazuela sin huesos (1,3,6,10,12)	Crema de calabacín	Brócoli con patata
2º Plato	Tortilla de patata con ensalada de lechuga (3)	Pollo al horno con ensalada de lechuga	Dados de salmón al horno con verduritas (4)	Rustido de ternera con setas y patatas fritas	Pollo a la plancha con ensalada de tomate a dados
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	13	14	15	16	17
1r Plato	Alubias guisadas con verduras	Arroz con salsa de tomate	Judías tiernas rehogadas con patata	Lacitos con salsa de tomate (1,3)	Crema de verduras de temporada
2º Plato	Pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Merluza rebozada con ensalada de tomate a dados (1,3,4)	Albóndigas a la jardinera (12)	Tortilla francesa con ensalada de pepino a láminas finas y zanahoria rallada (3)	Pavo a la plancha con patatas horno
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	20	21	22	23	24
1r Plato	Lacitos a la napolitana (1,3,6,7)	Lentejas aliñadas con dados de tomate y zanahoria rallada	Judías verdes, zanahoria y patata	Arroz con pollo	Crema de calabacín
2º Plato	Tortilla francesa con ensalada de pepino a rodajas finas y zanahoria rallada (3)	Contramuslo de pollo con ensalada de lechuga	Hamburguesa con ensalada de tomate a dados (12)	Tilapia al horno con pimiento verde y cebolla (4,12)	Pavo a la cazuela con verduritas y patata (12)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	27	28	29	30	31
1r Plato	Arroz con tomate	Judía tierna con patata	Garbanzos salteados con calabaza y cebolla	Gazpacho suave (12)	Espirales con salsa de tomate (1,3)
2º Plato	Lomo a la plancha con ensalada de lechuga	Pollo plancha con ensalada de pepino y zanahoria rallada	Bacalao al horno con ensalada de tomate a dados (4)	Tortilla de patata con ensalada de lechuga (3)	Fingers de pollo con tomate al horno (1,3)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
Merienda	Fruta de temporada y Pan integral	Yogur natural con cereales	Bocadillo de Jamon dulce o queso	Fruta (Plátano) con picos de pan integral	Pan integral con chocolate



GLUTEN
1



CRUSTÁCEOS
2



HUEVO
3



PESCADO
4



CACAHUETE
5



SOJA
6



LÁCTEOS
7



FRUTOS CÁSCARA
8



APIO
9



MOSTAZA
10



SÉSAMO
11



SULFITOS
12



MOLUSCOS
13



ALTRAMUCES
14