

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				8	9
1r Plato				Arroz con verduras	Lentejas guisadas con verduras (1)
2° Plato				Tortilla francesa con ensalada de lechuga (3)	Lomo plancha con patatas gajo (1)
Postre				Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	12	13	14	15	16
1r Plato	Sopa de pescado con arroz (2,4)	Garbanzos guisados con verduras	Fideos a la cazuela sin huesos (1,3,6,10,12)	Crema de calabacín	Brócoli con patata
2° Plato	Tortilla de calabacín y ensalada de zanahoria rallada (3)	Pollo a la plancha 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
	19	20	21	22	23
1r Plato	Alubias guisadas con verduras	Arroz con salsa de tomate	Judías tiernas rehogadas con patata	Sopa de pasta con caldo de pollo (1,3,9)	Patatas guisadas con verduras
2° Plato	Pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Merluza rebozada con ensalada de lechuga (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 berenjena rebozada (1,2,4,7,13)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	26	27	28	29	30
1r Plato	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7,12)	Lentejas guisadas con verduras (1)	Judías verdes, zanahoria y patata	Arroz con pollo	Crema de calabacín
2° Plato	Tortilla francesa con ensalada de pepino a rodajas finas y zanahoria rallada (3)	Pollo con calabacines (12)	Hamburguesa con ensalada de tomate a dados (12)	Tilapia al horno con ajo y perejil y ensalada mezclum (4)	Pavo a la cazuela con verduritas y patata (12)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
1r Plato					
2° Plato					
Postre					