

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	2	3	4	5	6
1r Plato			Arroz con pollo	Patatas guisadas con verduras	Alubias guisadas con verduras
2º Plato			Merluza horno (4)	Pavo a la plancha	Tortilla francesa (3)
Postre			Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	9	10	11	12	13
1r Plato	Judías verdes, zanahoria y patata	Lentejas guisadas con verduras (1)	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7,12)	Crema de calabacín	Arroz 3 delicias (guisante, zanahoria, tortilla) (3)
2º Plato	Hamburguesa plancha (12)	Pollo plancha	Tortilla francesa (3)	Pavo plancha	Tilapia al horno (4)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	16	17	18	19	20
1r Plato	Arroz con tomate	Judía tierna con patata	Garbanzos salteados con calabaza y cebolla	Espirales con salsa de tomate (1,3)	Crema de verdura de temporada
2º Plato	Lomo a la plancha	Pollo plancha	Bacalao al horno (4)	Pollo plancha	Tortilla de patata (3)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	23	24	25	26	27
1r Plato	Guisantes a la francesa	Crema de calabaza	Macarrones con salsa de tomate (1,3)	Patatas a lo pobre (3,7)	Arroz con verduras
2º Plato	Pavo a la plancha	Lomo plancha	Perca al horno (4)	Pollo al horno	Tortilla francesa (3)
Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7)	Fruta
	30	31			
1r Plato					
2º Plato					
Postre					


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