

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					1
1r Plato					
2º Plato					
Postre					
	4	5	6	7	8
1r Plato	Arroz con tomate	Judía tierna con patata	Garbanzos salteados con calabaza y cebolla	Crema de verduras de temporada	Ensaladilla rusa hervida aliñada
2º Plato	Lomo a la plancha	Pollo plancha	Bacalao al horno (4)	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7)	Tortilla francesa (3)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7) + Pan integral (1)	Fruta
	11	12	13	14	15
1r Plato	Guisantes a la francesa	Crema de calabaza	Macarrones con salsa de tomate (1,3)	Patata hervida	Arroz integral con pollo
2º Plato	Pavo a la plancha	Pollo a la plancha	Perca al horno (4)	Pollo al horno	Tortilla francesa (3)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7) + Pan integral (1)	Fruta
	18	19	20	21	22
1r Plato	Crema de guisantes	Judías verdes con patata	Arroz tres delicias (zanahoria, guisante, jamón cocido, tortilla) (3,6)	Lentejas guisadas con verduras (1)	Lacitos integrales a la napolitana (1,3,6,7)
2º Plato	Pavo plancha	Lomo plancha	Pollo horno	Tortilla francesa (3)	Lenguado horno (4)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7) + Pan integral (1)	Fruta
	25	26	27	28	29
1r Plato		Vichysoisse	Fideos a la cazuela sin huesos (1,3,6,10,12)	Garbanzos guisados con verduras	Sopa de pescado con arroz integral (2,4)
2º Plato		Estofado de ternera	Salmón al horno (4)	Pollo plancha	Tortilla de patatas (3)
Postre		Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural sin azucarar (7) + Pan integral (1)	Fruta



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