

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
					1
1r Plato					
2° Plato					
Postre					
	4	5	6	7	8
1r Plato	Arroz con tomate (12)	Espinacas con jamón y patata	Garbanzos salteados con calabaza, cebolla y bacon	Crema de verduras de temporada	Ensaladilla rusa (3,4)
2° Plato	Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, olivas y maíz	Pollo adobado con ensalada de lechuga, zanahoria y pepino	Bacalao a la muselina de ajo con ensalada de tomate, queso fresco y albahaca (3,4,7)	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7)	Tortilla francesa con ensalada de lechuga, cebolla y bonito (3,4)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural (7) + Pan integral (1)	Fruta
	11	12	13	14	15
1r Plato	Guisantes a la francesa	Crema de calabaza	Espagueti a la carbonara (1,3,6,7)	Ensalada de patata (tomate, cebolla, aceituna negra, bonito) (4)	Arroz integral con alitas (12)
2° Plato	Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceituna verde	Butifarra con alubias salteadas con ajo y perejil y ensalada de tomate (7,12)	Perca al ajillo con pimientos salteados (4)	Pollo al horno con ensalada mezclum, zanahoria y olivas negras	Tortilla francesa de queso con ensalada de tomate, zanahoria y maíz (3,7)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural (7) + Pan integral (1)	Fruta
	18	19	20	21	22
1r Plato	Crema de guisantes	Judías verdes con patata	Ensalada de arroz (piña, surimi, mayonesa) (2,3,4,6)	Lentejas a la riojana (1)	Lacitos integrales a la napolitana (1,3,6,7)
2° Plato	Pavo con patatas gajo (1)	Lomo rebozado con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (1,6,12)	Jamonicitos de pollo a la naranja con ensalada de tomate, aceituna verde y maíz	Tortilla francesa de atún con ensalada mezclum, manzana y queso curado (3,4,7)	Lenguado en salsa verde con guisantes (1,2,3,4,12,13)
Postre	Fruta	Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural (7) + Pan integral (1)	Fruta
	25	26	27	28	29
1r Plato		Vichysoisse	Fideos a la cazuela (1,3,6,10,12)	Garbanzos guisados con verduras	Sopa de pescado con arroz integral (2,4)
2° Plato		Estofado de ternera	Salmón al horno con verduritas (4)	Pollo a la plancha con ensalada mezclum, manzana y queso fresco (3,7)	Tortilla de patatas y ensalada de lechuga, pepino y zanahoria (3)
Postre		Fruta + Pan integral (1)	Fruta	Yogur natural (7) + Pan integral (1)	Fruta

