

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

Macarrones con salsa de tomate
Filete de jurel al ajo-arriero con judías
verdes salteadas
Fruta fresca
Pan

4

Cocido andaluz
Tortilla de patata y calabacín con
ensalada (lechuga, zanahoria
fresca y cebolla)
Yogur
Pan

5

Arroz con tomate
Magro de cerdo en salsa con
vegetales y patatas fritas
Fruta fresca
Pan

6

Lentejas con verduras
Buñuelos de bacalao con rodajas
tomate aliñado
Yogur
Pan

7

Patatas guisadas a la riojana
Escalope de pollo asado con ensalada
(lechuga, tomate y zanahoria)
Fruta fresca
Pan

10

Sopa de pollo con arroz y zanahoria
Cinta de lomo adobada al horno con
patatas fritas
Fruta fresca
Pan

11

Crema de judías verdes y
zanahoria
Albóndigas mixtas en salsa
española con ensalada (lechuga y
maíz)
Yogur
Pan

12

Guiso de alubias blancas con arroz
Tortilla francesa con ensalada
(lechuga y tomate)
Fruta fresca
Pan

13

Pasta con salsa de tomate
Filete de merluza al horno con
pimientos
Yogur
Pan

14

Estofado de lentejas con zanahoria
Pechuga de pollo con miel y mostaza
Fruta fresca
Pan

17

Pasta con salsa de tomate
Filete de atún en salsa de tomate con
judías verdes salteadas
Fruta fresca
Pan

18

Garbanzos estofados con chorizo y
verduritas
Cinta de lomo al horno con rodajas
de tomate aliñado
Yogur
Pan

19

Arroz con tomate
Tortilla de patata y espinacas con
ensalada (lechuga, zanahoria y
cebolla)
Fruta fresca
Pan

20

Crema parmentier
Estofado de pollo al curry con
verduras y patatas fritas
Yogur
Pan

21

Lentejas a la hortelana
Croquetas bacalao con ensalada
(lechuga y maíz)
Fruta fresca
Pan

24

Macarrones con atún y salsa de
tomate
Tortilla francesa con verduras
salteadas
Fruta fresca
Pan

25

Alubias blancas guisadas con
verduras
Jamoncitos de pollo con ensalada
(lechuga y zanahoria)
Yogur
Pan

26

Crema de zanahoria
Hamburguesa de ternera al horno
con patatas fritas
Fruta fresca
Pan

27

Lentejas estofadas
Magro de cerdo a la jardinera con
ensalada (lechuga y zanahoria)
Yogur
Pan

28

Arroz con tomate
Varitas de merluza con ensalada
(lechuga, tomate)
Fruta fresca
Pan

31

Sopa de ave con arroz
Escalope de pollo asado con patatas
fritas
Fruta fresca
Pan