

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1	2	3	4
	Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Yogur soja Pan	Espaguetis con salsa de tomate Tortilla de patata y cebolla Fruta fresca Pan	FESTIVO	Crema de calabacín Cinta de lomo fresca al horno Fruta fresca Pan
7	8	9	10	11
Arroz a la campesina Tortilla francesa Fruta fresca Pan	Crema de calabaza Cinta de lomo al horno con verduras Yogur soja Pan	Lentejas guisadas con patatas Merluza al horno Fruta fresca Pan	Coditos con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Yogur soja Pan	Alubias blancas estofadas Salmón al horno Fruta fresca Pan
14	15	16	17	18
Macarrones con salsa de tomate Filete de jurel al ajo-arriero Fruta fresca Pan	Garbanzos guisados Tortilla de patata y calabacín Yogur soja Pan	Arroz con verduras Magro de cerdo en salsa con vegetales Fruta fresca Pan	Lentejas con verduras Merluza al horno con ajo y perejil Yogur soja Pan	Patatas guisadas Escalope de pollo asado Fruta fresca Pan
21	22	23	24	25
Crema de judías verdes y zanahoria Cinta de lomo con verduras Fruta fresca Pan	Sopa de pollo con arroz y zanahoria Pechuga de pollo al horno Yogur soja Pan			
28	29	30		