

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1



2

Arroz Blanco Salteado con Jamón York
Lomo de Sajonia al Horno
Champiñones Salteados
Pan
Fruta de Temporada

3

Potaje de Garbanzos
Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur

6

Crema de Calabaza
Pollo a la Jardinera
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Integral
Fruta de Temporada

7

Brócoli al Pimentón
Tortilla Francesa
Guisantes Salteados
Pan
Fruta de Temporada

8

Pasta Salteada con Ajo
Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

9

Champiñones Salteados
Cinta de Lomo de Cerdo Asada
Zanahorias al Vapor
Pan
Fruta de Temporada

10

Arroz con Verduras
Tortilla de Calabacín
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur

13

Arroz Blanco Rehogado
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

14

Coliflor Ajoarriero
Pavo al Horno
Judías Verdes Rehogadas
Pan
Fruta de Temporada

15

Pasta Salteada con Ajo y Pavo
Filete de Pollo a la Plancha
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

16

Menestra Salteada
Cinta de Lomo de Cerdo Asada
Brócoli al Ajillo
Pan
Fruta de Temporada

17

Crema de Zanahoria
Tortilla de Patata
Champiñones Salteados
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur

20

Arroz con Pollo
Tortilla Francesa
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

21

Crema de Verduras
Pavo al Horno Marinado
Patatitas al Vapor
Pan
Fruta de Temporada

22

Champiñones Salteados
Magro de Cerdo
Coliflor Rehogada con Ajo
Pan Integral
Fruta de Temporada

23

Pasta Salteada con Ajo
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan
Fruta de Temporada

24

Brócoli al Vapor
Ragout de Pollo
Menestra Salteada
Pan Integral
Fruta de Temporada
Yogur

27

Crema de Zanahoria
Pollo Asado
Ensalada Verde
Pan Integral
Fruta de Temporada

28

Coliflor Rehogada con Ajo
Tortilla Francesa
Judías Verdes Rehogadas
Pan
Fruta de Temporada

29

Pasta Salteada con Ajo y Pavo
Lomo de Sajonia al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral
Fruta de Temporada

30

Champiñones Salteados
Tortilla de Espinacas
Guisantes Salteados
Pan
Fruta de Temporada

mediterránea