

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Crema de Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduras al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Tortilla de Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>11 Alubias Pintas Guisadas Merluza al Romero Guisantes al Ajillo</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>13 Coliflor Gratinada Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Salchichas al Horno Patatitas Asadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>20 Brócoli al Pimentón Tortilla de Espinacas Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>25 Alubias Estofadas Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>27 Brócoli al Pimentón Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Tortilla de Calabacín Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Merluza al Horno Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>4 Tiburón Caseros Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz Campesina Buñuelos de Bacalao Verduritas al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Magro de Cerdo con Tomate Patatitas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>10 Macarrones Napolitana Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Merluza al Romero Guisantes al Ajillo Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Lomo de Cerdo en Salsa Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Cazuela de Arroz Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>17 Alubias Blancas con Mijo Salchichas al Horno Patatitas Asadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>18 Fideua de Pollo Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Lomo de Cerdo a la Plancha Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada</p>
<p>24 Macarrones con Tomate Hamburguesa de Ternera con Cebolla al Horno Patatas Panaderas al Horno Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Filete de Salmón a Las Finas Hierbas Zanahoria al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Salchichas Encebolladas Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3 Lentejas con Verduras Dieta Merluza al Horno Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>4 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pollo al Horno Marinado Zanahorias Guisadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>5 Arroz con Verduras Bacalao al Horno Verduras al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>6 Crema de Zanahoria y Boniato Pavo al Horno Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>7 Potaje de Judías Blancas Dieta Abadejo al Horno al Limón Patatitas Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>10 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Redondo de Pavo al Horno Judías Verdes Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>11 Garbanzos Guisados Dieta Merluza al Romero Guisantes al Ajillo</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>12 Crema Parmentiere Tortilla Francesa Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>13 Potaje de Lentejas Dieta Merluza al Horno Menestra Rehogada</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>14 Arroz con Verduras Filete de Pollo a la Plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>17 Alubias Blancas Guisadas Dieta Filete de Pollo a la Plancha Patatitas Asadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>18 Pasta con Verduras Merluza al Horno en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Maíz</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>19 Arroz Blanco Rehogado con un Chorrito de Aceite Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Salteado Campestre</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>20 Lentejas Estofadas Dieta Pavo al Horno Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>21 Crema Hortelana Abadejo al Ajillo Zanahorias Rehogadas</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>
<p>24 Pasta Rehogada con un Chorrito de Aceite Pavo al Horno Patatas Panaderas al Horno</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>25 Garbanzos Estofados Dieta Merluza al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>26 Crema de Zanahoria y Boniato Pollo Asado Guisantes Salteados</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>	<p>27 Puchero de Lentejas Dietas Abadejo Asado Zanahoria al Vapor</p> <p>Fruta de Temporada Permitida Yogur Desnatado o Natural</p>	<p>28 Paella de Verduras Dieta Tortilla Francesa Ensalada Verde</p> <p>Fruta de Temporada Permitida</p>

mediterránea