

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Guisantes Encebollados
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan

7 Coditos con Tomate
Merluza al Horno
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Integral

13 Crema de Brócoli y Calabacín ECO
Tortilla de Patata
Ensalada de Tomate
Fruta de Temporada
Pan

14 Arroz Blanco con Tomate
Merluza en Salsa Verde
G. Guisantes Salteados
Fruta de Temporada
Pan Integral

20 Crema de Coliflor con Calabaza
Macarrones al Pepe
Champiñones Salteados
Fruta de Temporada
Pan

21 Judías Verdes Guisada con Patata
Albóndigas de Merluza en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Integral

27 Brócoli con Pasta Salteada
Tortilla de Patata
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan

28 Patatas a lo Pobre
Merluza a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Pan Integral

1 Crema de Zanahoria y Calabaza ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Pan

8 Lentejas con Arroz Integral
Pollo Asado
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan

15 Alubias Blancas Estofadas
Filete de Pavo al Horno
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan

22 Alubias Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Fritada
Fruta de Temporada
Pan

29 Crema de Calabacín
Potaje de Garbanzos
Patatas en Guiso
Fruta de Temporada
Pan

2 Fideua de Verduras
Filete de Abadejo al Ajillo
Zanahorias Salteadas
Yogur
Pan Integral

9 Coliflor a la Gallega
Hamburguesa de Atún con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Pan Integral

16 Acelgas con Patatas
Pollo con Salsa Teriyaki
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Pan Integral

23 Arroz Blanco con Tomate
Fogonero al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Yogur
Pan Integral

30 Borraja con Patatas
Tortilla Francesa
Pimientos Asados
Fruta de Temporada
Pan Integral

3 Menestra de Verduras Rehogadas
Pollo a la Cazadora
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan

10 Judías Verdes Guisada con Patata
Pavo al Ajillo
Tomate aliñado
Macedonia Casera
Pan

17 Garbanzos a la Catalana
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan

24 Lentejas a la Castellana
Contramuslos de Pollo Asado
Tomate aliñado
Macedonia Casera
Pan

31 Sopa de Verduras
Escalope de Pollo Casero
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan

Lunes

- 6 Guisantes Encebollados
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 13 Crema de Brócoli y Calabacín ECO
Tortilla de Patata
Ensalada de Tomate
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 20 Crema de Coliflor con Calabaza
Macarrones con Salsa de Tomate SIN GLUTEN/HUEVO
Champiñones Salteados
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 27 Brócoli guisado
Tortilla de Patata
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten



Martes

- 7 Macarrones con Salsa de Tomate SIN GLUTEN/HUEVO
Merluza al Horno
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 14 Arroz Blanco con Tomate
Merluza en Salsa Verde
G. Guisantes Salteados
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 21 Judías Verdes Guisada con Patata
Albóndigas de Merluza en Salsa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 28 Patatas Riojanas
Merluza a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

Miércoles

- 1 Crema de Zanahoria y Calabaza ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 8 Crema de Calabacín con Zanahoria
Lomo Adobado a la Gallega
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 15 Alubias Blancas Estofadas
Lomo al Horno
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 22 Alubias Pintas Estofadas
Filete de Cabezada de Cerdo al Horno
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 29 Crema de Calabacín
Potaje de Garbanzos
Patatas en Guiso
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten



Jueves

- 2 Macarrones con Verduras SIN GLUTEN/HUEVO
Filete de Abadejo al Ajillo
Zanahorias Salteadas
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 9 Coliflor a la Gallega
Hamburguesa de Atún con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 16 Acelgas con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 23 Arroz Blanco con Tomate
Fogonero al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 30 Borraja con Patatas
Magro de Cerdo Guisado
Pimientos Asados
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

Viernes

- 3 Menestra de Verduras Rehogadas
Pollo a la Cazadora
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 10 Judías Verdes Guisada con Patata
Pavo al Ajillo
Tomate aliñado
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 17 Garbanzos a la Catalana
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 24 Crema de Coliflor
Contramuslos de Pollo Asado
Tomate aliñado
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 31 Sopa de Verduras SIN GLUTEN
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Crema de Coliflor con Calabaza
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada

7 Arroz Blanco con Tomate
Merluza al Horno
Fritada
Fruta de Temporada

13 Crema de Brócoli y Calabacín ECO
Tortilla de Patata
Ensalada de Tomate
Fruta de Temporada

14 Arroz Blanco con Tomate
Merluza en Salsa Verde
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada

20 Crema de Coliflor con Calabaza
Pechuga de Pollo al Horno
Champiñones Salteados
Fruta de Temporada

21 Arroz con Verduras
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada

27 Brócoli guisado
Tortilla de Patata
Tomate aliñado
Fruta de Temporada

28 Patatas Riojanas
Merluza a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada

1 Crema de Zanahoria y Calabaza ECO
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada

8 Crema de Calabacín con Zanahoria
Lomo Adobado a la Gallega
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada

15 Sopa de Arroz
Lomo al Horno
Tomate aliñado
Fruta de Temporada

22 Crema de Verduras
Filete de Cabezada de Cerdo al Horno
Fritada
Fruta de Temporada

29 Crema de Calabacín
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Tomate
Fruta de Temporada

2 Arroz con Verduras
Filete de Abadejo al Ajillo
Zanahorias Salteadas
Yogur

9 Coliflor a la Gallega
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur

16 Acelgas con Patatas
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur

23 Arroz Blanco con Tomate
Fogonero al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Yogur

30 Borraja con Patatas
Magro de Cerdo Guisado
Pimientos Asados
Yogur

3 Acelgas con Patatas
Pollo a la Cazadora
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera

10 Arroz con Verduras
Pavo al Ajillo
Tomate aliñado
Macedonia Casera

17 Crema de Patata y Puerro
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera

24 Crema de Coliflor
Contramuslos de Pollo Asado
Tomate aliñado
Macedonia Casera

31 Sopa de Arroz
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera