

	COMIDA	PROPUESTA CENA		COMIDA	PROPUESTA CENA
1 JUEVES	Alubias pintas con verduras y arroz Tortilla francesa la horno con zanahoria baby de guarnición Pan / Fruta fresca	Filete de ternera a la plancha con tomate natural Lácteo	15 JUEVES	Patatas guisadas con costilla Bacalao al horno con salsa de tomate y pimiento morrón Pan / Lácteo	Sopa de fideos Filete de pavo a la plancha con verduras de guarnición Fruta
2 VIERNES	Judías verdes rehogadas con patatas Bacalao al horno con salsa de tomate y pimiento rojo Pan / Lácteo	Ensalada variada Cordero Fruta	16 VIERNES	Lentejas estofadas con puerro cebolla y zanahoria Tortilla de patata al horno con lechuga y maíz Pan / Fruta fresca	Ensalada verde Sardinas en papillot Lácteo
5 LUNES	Espagueti salsa boloñesa Merluza al horno encebollada con limón zanahoria rallada Pan / Fruta fresca	Consomé de ave Jamón asado con guisantes Lácteo	19 LUNES	Macarrones con tomate y orégano Merluza al horno con limón Pan / Fruta fresca	Salchichas blancas asadas con guarnición de champiñon Fruta
6 MARTES	Garbanzos estofados con verduras y huevo duro Flamenquines de jamón y queso con lechuga y maíz. Pan / Lácteo	Ensalada de pavo con aguacate queso y picatostes Fruta	20 MARTES	Paella de carne con verduras Ensalada de lechuga, tomate , atún,zanahoria y maíz Pan / Lácteo	Crema de verduras Filete de lenguado a la plancha Fruta
7 MIÉRCOLES	Menestra de verdura con pimentón Pollo asado con patatas al horno Pan / Fruta fresca	Crema de champiñon Dorada a la plancha Fruta	21 MIÉRCOLES	Judías blancas estofadas con verduras Chuletitas de pavo al ajillo con patatas asadas Pan / Fruta fresca	Tortilla de patatas con guarnición de verduras asadas Lácteo
8 JUEVES	Sopa de ave con fideo y verduras Ragout de ternera con ensalada de lechuga y tomate Pan / Lácteo	Verduras al horno Tortilla de espinacas Fruta	22 JUEVES	Crema de puerro y zanahoria con picatostes al horno / Coliflor al horno Pollo guisado con verduras Pan / Lácteo	Ensalada de tomate natural con aceitunas Boquerones al horno Fruta
9 VIERNES	Arroz blanco / tomate Salmón al horno con albahaca y patata cocida Pan / Fruta fresca	Sopa minestrone Ternera a la plancha Fruta	23 VIERNES		
12 LUNES	Tallarines napolitana Lenguado rebozado con ensalada de lechuga y zanahoria Pan / Fruta fresca	Puré de patata Pollo a la plancha Lácteo	26 LUNES		
13 MARTES	Sopa de cocido Cocido completo (Morcillo,pollo,chorizo,repollo...) Pan Lácteo	Espinacas gratinadas Dorada al horno con champiñones Fruta	27 MARTES		
14 MIÉRCOLES	Puré de calabaza / acelgas rehogadas Albóndigas de ternera al horno con verduras y patatas asadas Pan / Fruta fresca	Enslada de aguacate Huevos duros con bechamel Fruta	28 MIÉRCOLES		