

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**30**

Crema de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Fruta fresca

**1**

Espaguetis aglio-olio  
Tortilla francesa  
(Lechuga y zanahoria)  
Pan integral  
Fruta fresca

**2**

Garbanzos con verduras  
Cinta de lomo a la plancha  
(Patatas dado)  
Pan  
Fruta fresca

**3**

Arroz a la milanesa  
Caballa a la plancha  
(Lechuga y aceitunas)  
Pan  
Fruta fresca

**4**

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Pechuga de pavo al horno  
(Patatas fritas)  
Pan  
Yogur de soja

**7**

Crema parmentiere  
Filete de ternera a la plancha  
(Patatas fritas)  
Pan  
Fruta fresca

**8**

Arroz con salsa de tomate  
Filete de abadejo a la romana  
(Lechuga y zanahoria)  
Pan integral  
Fruta fresca

**9**

Sopa de ave con arroz  
Tortilla de patata y calabacín  
(Lechuga y tomate)  
Pan  
Fruta fresca

**10**

Macarrones con tomate  
Gallo al horno con ajo y perejil  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Fruta fresca

**11**

Lentejas con verduras  
Pincho moruno de pollo  
(Lechuga y remolacha)  
Pan  
Yogur de soja

**14**

Coditos salteados al ajillo con calabacín  
Cinta de lomo a la plancha  
(Lechuga y aceitunas)  
Pan  
Fruta fresca

**15**

Alubias con verduras  
Bacalao a la romana  
(Lechuga y remolacha)  
Pan integral  
Fruta fresca

**16**

Ensalada variada con huevo  
Escalope de pollo empanado  
(Patata panadera al horno)  
Pan  
Fruta fresca

**17**

Arroz al horno con magro de cerdo  
Revuelto de patatas  
(Lechuga y remolacha)  
Pan  
Fruta fresca

**18**

Crema de calabacín  
Salmón al horno con salsa de piña  
(Lechuga, tomate y maíz)  
Pan  
Yogur de soja

**21**

Lentejas con zanahoria  
Tortilla de patata y cebolla  
(Lechuga y zanahoria)  
Pan  
Fruta fresca

**22**

Arroz con salsa de tomate  
Jamoncitos de pollo al horno  
(Lechuga y maíz)  
Pan integral  
Fruta fresca

**23**

Guiso de patatas con magro  
Tortilla francesa  
(Tomate aliñado)  
Pan  
Fruta fresca

**24**

Espirales napolitana  
Merluza al horno con ajo y perejil  
(Patatas fritas)  
Pan  
Fruta fresca

**25**

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Filete de ternera a la plancha  
(Patatas fritas)  
Pan  
Yogur de soja

**28**

Arroz caldoso con pollo  
Revuelto de calabacín  
(Lechuga y zanahoria)  
Pan  
Fruta fresca

**29**

Crema de verduras  
Pollo asado con manzana  
(Patatas fritas)  
Pan integral  
Yogur de soja

**30**

Garbanzos con verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
(Lechuga y maíz)  
Pan  
Fruta fresca

**31**

Ensalada variada con espárragos  
Magro de cerdo con tomate  
(Patatas dado)  
Pan  
Fruta fresca

**1**

**FESTIVO**

Espaguetis con verduras  
Jurel en salsa de tomate  
(Lechuga y tomate)  
Pan  
Yogur de soja