

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

COMIDA 8

Espaguetis a la carbonara.  
Filetes de pierna de cordero a la plancha.
Ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Mandarinas 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Menestra de verduras.  
Pescadilla a la bilbaína.   
Ensalada de tomate natural.
Manzana.
Pan. 

DESAYUNO 9

Leche con Cola-Cao.   
Tostadas de aceite y tomate. 

COMIDA

Pisto de calabacín.   
Lenguado a la romana.   
Ensalada de pepino.
Plátano.
Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.  
Galletas. 

CENA

Crema de puerros. 
Hamburguesas caseras.
Ensalada de lechuga.
Pera. Pan. 

DESAYUNO 10

Leche con Cola-Cao.  
Galletas. Mermelada. 

COMIDA

Sopa de marisco.   
Huevos al plato.  
Piña natural.
Pan integral. 

MERIENDA

Yogur. 

CENA

Acelgas rehogadas.
Bocapizzas de atún.   
Naranja.
Pan integral. 

DESAYUNO 11

Leche con Cola-Cao.  
Magdalenas.   

COMIDA

Lentejas guisadas con verduras.
Palometa al horno.   
Ensalada de lechuga.
Kiwi. Pan. 

MERIENDA

Bocadillo de jamón serrano.  

CENA

Brócoli con patata.
Filete de pavo adobado.
Ensalada de tomate natural.
Manzana. Pan. 

DESAYUNO 12

Leche con Cola-Cao.  
Cereales. 

COMIDA

Guisantes con jamón. 
Tortilla de patatas. 
Ensalada de pepino.
Plátano.
Pan. 

COMIDA 15

Arroz a la cubana. 
Muslos de pollo al ajillo.
Ensalada de lechuga.
Pera.
Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.  
Galletas.  

CENA

Repollo rehogado.
Sardinas en aceite. 
Ensalada de tomate y zanahoria rallada.
Manzana.
Pan. 

DESAYUNO 16

Leche con Cola-Cao.  
Galletas. Mermelada. 

COMIDA

Judías pintas con verduras.   
Filete de gallo al horno.   
Ensalada de pepino y tomate.
Plátano.
Pan. 

MERIENDA

Yogur. 

CENA

Judías verdes con tomate.
Cinta de lomo fresco a la plancha.
Ensalada de lechuga.
Mandarinas. Pan. 

DESAYUNO 17

Leche con Cola-Cao.  
Tostadas de aceite y tomate 

COMIDA

Sopa de pescado.   
Albóndigas de ternera.    
Patatas fritas.
Kiwi. Pan integral. 

MERIENDA

Bocadillo de queso.  

CENA

Crema de calabacín.
Lomos de merluza en salsa.    
Ensalada de tomate natural.
Naranja. Pan integral. 

DESAYUNO 18

Leche con Cola-Cao.  
Cereales. 

COMIDA

Coliflor con bechamel.   
Tortilla de gambas.   
Piña natural.
Pan. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Espinacas con jamón.  
Salchichas al vino. 
Ensalada de tomate natural.
Pera. Pan. 

DESAYUNO 19

Leche con Cola-Cao.  
Torta de manteca. 

COMIDA

Crema de legumbres.  
Lomos de bacalao en salsa.   
Plátano.
Pan. 

COMIDA **22**

Macarrones gratinados.   

Tortilla de atún.   

Ensalada de lechuga

Pera. 

Pan. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Brócoli con patata.

Fiambre variado (queso, jamón serrano, chorizo, jamón york).  

Ensalada de tomate natural.

Manzana. 

Pan. 

DESAYUNO **23**

Leche con Cola-Cao.   

Tostadas de aceite y tomate. 

COMIDA

Paella valenciana.

Ensalada variada (lechuga, tomate, maíz, queso). 

Plátano.

Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.   

Galletas. 

CENA

Hervido (judías verdes, patata y zanahoria).

Pescadilla en salsa.   

Ensalada de pepino. Kiwi. Pan. 

DESAYUNO **24**

Leche con Cola-Cao.   

Galletas. Mermelada. 

COMIDA

Cocido madrileño. (Sopa de fideos, carne, garbanzos, hortalizas). 

Ensalada de tomate natural.

Piña natural.

Pan integral. 

MERIENDA

Magdalenas.   

Chocolate. 

CENA

Menestra de verduras.

Tortilla de gambas.   

Ensalada de lechuga.

Naranja. Pan integral. 

DESAYUNO **25**

Leche con Cola-Cao.   

Torta de manteca. 

COMIDA

Crema de espárragos.

Lomos de merluza al horno.   

Ensalada de pepino.   

Mandarinas. Pan. 

MERIENDA

Bocadillo de chorizo.  

CENA

Acelgas salteadas con jamón. 

Magro a la plancha.

Ensalada de lechuga y tomate.

Plátano. Pan. 

DESAYUNO **26**

Leche con Cola-Cao.   

Cereales. 

COMIDA

Ensaladilla rusa.   

Pollo asado.   

Ensalada de lechuga.

Manzana.

Pan. 

COMIDA **29**

Ensalada de pasta (pasta, jamón cocido, queso).   

Huevos rellenos de atún.   

Plátano.

Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.   

Galletas. 

CENA

Espinacas con jamón. 

Filete de ternera.

Ensalada de tomate natural.

Pera.

Pan. 

DESAYUNO **30**

Leche con Cola-Cao.   

Tostada de aceite y tomate. 

COMIDA

Arroz a la marinera.    

Croquetas del cocido.

Ensalada de pepino y tomate.

Kiwi. Pan. 

MERIENDA

Bocadillo de queso.  

CENA

Crema de zanahorias.

Filete de halibut en salsa.   

Ensalada de lechuga.

Manzana. Pan. 

DESAYUNO **31**

Leche con Cola-Cao.   

Cereales. 

COMIDA

Judías verdes con tomate.

Escalopines de salmón al horno.   

Ensalada de lechuga.

Piña natural. Pan integral. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Sopa de pescado.   

Bocapizza de jamón.   

Mandarinas.

Pan integral. 

DESAYUNO **32**

Leche con Cola-Cao.   

Cereales. 

COMIDA

Judías verdes con tomate.

Escalopines de salmón al horno.   

Ensalada de lechuga.

Piña natural. Pan integral. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Sopa de pescado.   

Bocapizza de jamón.   

Mandarinas.

Pan integral. 

DESAYUNO **33**

Leche con Cola-Cao.   

Cereales. 

COMIDA

Judías verdes con tomate.

Escalopines de salmón al horno.   

Ensalada de lechuga.

Piña natural. Pan integral. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Sopa de pescado.   

Bocapizza de jamón.   

Mandarinas.

Pan integral. 

- Cereales con gluten. 
- Moluscos. 
- Crustáceos. 

- Lácteos. 
- Altramucos. 
- Apio. 

- Huevos y productos a base de huevo. 
- Frutos secos. 
- Sulfitos. 

- Pescados y productos a base de pescado. 
- Mostaza. 
- Sésamo. 

- Soja. 
- Cacahuets. 