

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

DESAYUNO 1
Leche con Cola-Cao
Cereales.

COMIDA
Judías pintas guisadas con verduras.
Lomos de bacalao al horno.
Lechuga.
Naranja.
Pan.

MERIENDA
Macedonia de frutas frescas.

CENA
Coliflor con patata.
Fiambre variado (queso, jamón cocido, jamón serrano, chorizo).
Tomate natural. Kiwi. Pan.

DESAYUNO 2
Leche con Cola-Cao
Tostadas de aceite y tomate

COMIDA
Crema de zanahorias.
Tortilla de gambas.
Ensalada de pepino.
Piña natural.
Pan.

MERIENDA
Batido de leche.
Galletas

CENA
Acelgas rehogadas.
Filete de pechuga abierta.
Ensalada de lechuga y tomate.
Pera. Pan.

DESAYUNO 3
Leche con Cola-Cao
Galletas. Mermelada.

COMIDA
Cocido madrileño (Sopa de fideos, carne, garbanzos, chorizo, morcilla, zanahoria, patata).
Fresas.
Pan.

MERIENDA
Torta de manteca.
Chocolate.

CENA
Judías verdes con jamón.
Filete de merluza al horno.
Ensalada de tomate.
Plátano. Pan.

DESAYUNO 4
Leche con Cola-Cao.
Magdalenas.

COMIDA
Espaguetis a la carbonara.
Palometa en salsa.
Manzana.
Pan.

DESAYUNO 7
Arroz tres delicias.
Croquetas de cocido.
Ensalada de pepino y zanahoria rallada
Manzana.
Pan.

Galletas.
Batido de leche.
Galletas.

CENA
Menestra de verduras.
Filete de halibut al horno.
Ensalada de lechuga.
Plátano.
Pan.

DESAYUNO 8
Leche con Cola-Cao.
Cereales.

COMIDA
Lentejas guisadas con verduras.
Huevos al plato.
Fresas.
Pan.

MERIENDA
Bocadillo de queso

CENA
Hervido (judías verdes, patata, zanahoria)
Salchichas al vino.
Ensalada de tomate.
Naranja. Pan.

DESAYUNO 9
Leche con Cola-Cao.
Galletas. Mermelada

COMIDA
Guisantes con jamón.
Salmón en salsa.
Piña natural.
Pan.

MERIENDA
Yogur.

CENA
Crema de puerros
Filete de pavo adobado a la plancha.
Ensalada de lechuga.
Pera. Pan.

DESAYUNO 10
Leche con Cola-Cao.
Bizcocho.

COMIDA
Sopa de marisco.
Albóndigas de ternera.
Patatas fritas.
Kiwi.
Pan.

MERIENDA
Macedonia de frutas frescas.

CENA
Espinacas con patata.
Tortilla de atún.
Ensalada de tomate.
Plátano. Pa.

DESAYUNO 11
Leche con Cola-Cao.
Tostada de tomate y aceite.

COMIDA
Macarrones gratinados
Filete de merluza a la romana.
Ensalada de lechuga.
Pera.
Pan.

NO LECTIVO 14

NO LECTIVO 15

NO LECTIVO 16

NO LECTIVO 17

NO LECTIVO 18

NO LECTIVO 18

21

NO LECTIVO

22

COMIDA

Pasta a la carbonara.  
 Jamoncitos de pollo al ajillo.
 Ensalada de tomate.
 Pera. 
 Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.   
 Galletas. 

CENA

Crema de verduras.   
 Pescadilla a la bilbaina.   
 Ensalada de lechuga.
 Plátano.
 Pan. 

23

DESAYUNO

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

COMIDA

Paella de verduras.   
 Filete de halibut al horno.   
 Ensalada de pepino.   
 Naranja. 
 Pan. 

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas. 

CENA

Sopa juliana.  
 Tortilla de gambas.  
 Ensalada de tomate.
 Kiwi.  Pan. 

24

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao.  
 Galletas. Mermelada. 

COMIDA

Pisto de calabacín.   
 Huevo frito. 
 Patatas fritas. 
 Piña natural. 
 Pan. 

MERIENDA

Bocadillo de chorizo.  

CENA

Repollo rehogado.   
 Bocapizzas de jamón.   
 Manzana. 
 Pan. 

25

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao.  
 Cereales. 

COMIDA

Judías blancas con verduras.   
 Escalopines de salmón al horno.   
 Ensalada de pepino y tomate.   
 Fresas. 
 Pan. 

COMIDA

28

Ensalada de pasta.(pasta, atún, tomate natural, queso).   

Filete de pierna de cordero. 
 Ensalada de lechuga.  Pan. 

MERIENDA

Batido de leche.   
 Galletas. 

CENA

Crema de puerros. 
 Croquetas caseras de jamón.    
 Ensalada de tomate y zanahoria rallada.   
 Plátano. 
 Pan. 

DESAYUNO

29

Leche con Cola-Cao.  
 Galletas. Mermelada. 

COMIDA

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

MERIENDA

Bocadillo de queso.  

CENA

Brócoli con patata. 
 Filete de pechuga abierta a la plancha. 
 Ensalada de lechuga. 
 Manzana.  Pan. 

DESAYUNO

30

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

COMIDA

Sopa de pescado.  
 Tortilla de patatas.   
 Ensalada de tomate. 
 Kiwi. 
 Pan. 

Cereales con gluten. 

Moluscos. 

Crustáceos. 

Lácteos. 

Altramuces. 

Apio. 

Huevos y productos a base de huevo. 
 Frutos secos. 

Sulfitos. 

Pescados y productos a base de pescado. 
 Mostaza. 

Sésamo. 

Soja. 

Cacahuetes. 