

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

NO LECTIVO

2

COMIDA

Ensalada fría de judías blancas (judías, tomate, huevo cocido, pepino).
Cinta de lomo a la plancha.
Patatas fritas.
Manzana.
Pan integral.

MERIENDA

Batido de leche
Galletas.

CENA

Acelgas rehogadas.
Filete de halibut en salsa.
Albaricoques.
Pan integral.

3

DESAYUNO

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

COMIDA

Espaguetis integrales a la carbonara.
Palometa al horno.
Plátano.
Pan.

4

DESAYUNO

NO LECTIVO

5

DESAYUNO

NO LECTIVO

8

COMIDA

Pisto manchego.
Pollo a la manzana.
Ensalada de lechuga.
Pera.
Pan.

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Espinacas con jamón.
Lomos de merluza a la romana.
Ensalada de tomate.
Plátano.
Pan.

9

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao
Tostadas de aceite y tomate

COMIDA

Judías pintas con verduras.
Escalopines de salmón al horno.
Ensalada de pepino.
Manzana.
Pan integral.

MERIENDA

Bocadillo de chorizo.

CENA

Crema de calabacín.
Tortilla de queso.
Ensalada de lechuga.
Ciruelas. Pan integral.

10

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao
Galletas. Mermelada.

COMIDA

Gazpacho andaluz.
Ragout de ternera.
Patatas fritas.
Melón.
Pan.

MERIENDA

Yogur.

CENA

Sopa juliana.
Bocapizzas de atún.
Albaricoques.
Pan.

11

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao
Bizcocho.

COMIDA

Ensalada de pasta (pasta, queso, jamón cocido, maíz).
Pescadilla a la bilbaina.
Lechuga. Sandía. Pan integral.

MERIENDA

Batido de leche.
Galletas.

CENA

Menestra de verduras.
Filete de pavo a la plancha.
Ensalada de tomate.
Kiwi. Pan integral.

12

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao
Cereales.

COMIDA

Crema de legumbres.
Huevos al plato.
Piña natural.
Pan.

15

COMIDA

Paella valenciana.
Ensalada de pepino, tomate, espárragos, huevo cocido y atún.
Melón.
Pan.

MERIENDA

Batido de leche.
Galletas.

CENA

Crema de puerros.
Fiambre variado (queso, jamón serrano, chorizo, jamón york).
Ensalada de lechuga.
Albaricoques.
Pan.

16

DESAYUNO

Leche con Cola-Cao.
Galletas. Mermelada.

COMIDA

Lentejas guisadas con verduras.
Filete de gallo al horno.
Ensalada de lechuga y zanahoria rallada.
Pera.
Pan integral.

MERIENDA

Macedonia de frutas frescas.

CENA

Hervido (judías verdes, patata, zanahoria)
Tortilla de gambas.
Ensalada de tomate.
Plátano. Pan integral.

17

DESAYUNO

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

COMIDA

Salmorejo.
Pollo asado.
Patatas fritas.
Sandía.
Pan.

18

NO LECTIVO

19

NO LECTIVO