

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate 	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla 
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de limanda rebozada con lechuga iceberg 
			Fruta	Fruta
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso 	Guisantes salteados con ajo y pimentón 	Judías verdes salteadas con ajo 	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate 	Arroz blanco con salsa de tomate 
Caballa en aceite con tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo 
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria 	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dado 	Bacalao al horno con lechuga iceberg 	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno 	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta 
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york) 	Judías verdes con salsa de tomate 	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo 	Judías pintas con arroz 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 
Halibut al horno con lechuga iceberg 	Tortilla de patata con tomate natural 	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate 	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo 
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.





COLEGIO SAN JOSE - ESCUELA INFANTIL
SEPTIEMBRE 2022
ALERGIA FRUTOS DE CASCARA Y FRUTAS ROSACEAS

Diplomada en Nutrición y
Dietética Pilar Álvarez Ruiz

LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
			Macarrones gratinados 	Sopa de picadillo
			Contramuslo de pollo al horno con lechuga iceberg 	Colitas de rape en salsa marinera con tomate natural
			Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada/Lacteo
			Triturado de verduras con pollo 	Triturado de verduras con rape
LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nímiento) 	Brócoli rehogado 	Crema de guisantes 	Arroz con tomate 	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
Merluza a la romana con tomate natural 	Lomo de cerdo asado con ensalada de lechuga y tomate 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de limanda rebozada con lechuga iceberg
Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada
Triturado de verduras con merluza 	Triturado de verduras con lomo 	Triturado de verduras con carne picada mixta 	Triturado de verduras con pollo 	Triturado de verduras con limanda
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso 	Guisantes salteados con ajo y pimentón 	Judías verdes salteadas con ajo 	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate 	Arroz blanco con salsa de tomate
Caballa en aceite con tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con lechuga
Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada/Lacteo
Triturado de verduras con huevo 	Triturado de verduras con lomo 	Triturado de verduras con carne picada mixta 	Triturado de verduras con bacaladilla 	Triturado de verduras con huevo
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria 	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Jamonicos de pollo al horno en su jugo con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Tortilla de patata con tomate natural 	Bacalao al horno con lechuga iceberg 	Filete de contramuslo de pollo 	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Yogur de sabores Fruta fresca apta
Triturado de verduras con pollo 	Triturado de verduras con maira 	Triturado de verduras con lentejas y bacalao 	Triturado de verduras con pollo 	Triturado de verduras con alubias blancas y merluza
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york) 	Judías verdes con salsa de tomate 	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo 	Macarrones con tomate 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nímiento)
Halibut al horno con lechuga iceberg 	Albóndigas caseras de cerdo y ternera en salsa española (zanahoria, cebolla y puerro) con patatas fritas 	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate 	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de aguja de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada/Lacteo
Triturado de verduras con halibut 	Triturado de verduras con carne picada mixta 	Triturado de verduras con lentejas y lomo 	Triturado de verduras con caella 	Triturado de verduras con cabezada
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Limanda al horno con verduras con lechuga iceberg
			Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones con tomate	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate	Arroz blanco con salsa de tomate
Caballa en aceite con tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate	Contramuslo de pollo asado en su jugo con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Macarrones con atun y tomate	Crema de zanahoria, puerro y patata	Lentejas estofadas con patata, cebolla,ajo y zanahoria	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria	Alubias blancas estofadas con patata,zanahoria,ajo,cebolla y puerro
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla,guisantes) con natatas dardn	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz con pollo y verduritas	Judías verdes con salsa de tomate	Lentejas estofadas con cebolla,ajo,zanahoria y chorizo	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimientn)
Halibut al horno con lechuga iceberg	Pechuga de pollo a la plancha con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de lechuga y tomate	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.



ALERGIA HUEVO, FRUTOS DE CASCARA Y PIEL DE FRUTA



LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate 	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla  
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Limanda al horno con verduras con lechuga iceberg     
			Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones con tomate 	Guisantes salteados con ajo y pimentón  	Judías verdes salteadas con ajo  	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate    	Arroz blanco con salsa de tomate 
Caballa en aceite con tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate    	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate    	Contramuslo de pollo asado en su jugo con lechuga 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada/Lacteo 
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Macarrones con atun y tomate  	Crema de zanahoria, puerro y patata    	Lentejas estofadas con patata, cebolla,ajo y zanahoria  	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria  	Alubias blancas estofadas con patata,zanahoria,ajo,cebolla y puerro  
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga  	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla,guisantes) con patatas dado    	Bacalao al horno con lechuga iceberg    	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno 	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate     
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Yogur de sabores Fruta fresca apta pelada 
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz con pollo y verduritas  	Judías verdes con salsa de tomate  	Lentejas estofadas con cebolla,ajo,zanahoria y chorizo    	Judías pintas con arroz  	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 
Halibut al horno con lechuga iceberg    	Pechuga de pollo a la plancha con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de lechuga y tomate 	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate    	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada/Lacteo 
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
En todos los menus se incluye Agua y pan. 				

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate 	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla  
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Pechuga de pavo asada al vino blanco con lechuga iceberg 
			Yogur natural 	Yogur natural 
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones con chorizo    	Guisantes salteados con ajo y pimentón  	Judías verdes salteadas con ajo  	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate    	Arroz blanco con salsa de tomate 
Crema de zanahoria y patata 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate    	Chuleta de pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	Sopa casera de verduras con fideos (*) 	Contramuslo de pollo asado en su jugo con lechuga 
Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Macarrones con tomate (*) 	Crema de zanahoria, puerro y patata    	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria  	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria  	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro  
Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dado   	Crema de calabacín 	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno 	Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 
Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz con pollo y verduritas  	Judías verdes con salsa de tomate  	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo    	Judías pintas con arroz con chorizo    	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 
Crema de calabaza 	Pechuga de pollo a la plancha con tomate natural 	Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de lechuga y tomate 	Sopa casera de pollo con fideos (*) 	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga 
Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 	Yogur natural 
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>En todos los menus se incluye Agua y pan. </p>				

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Filete de limanda rebozada con lechuga iceberg
			Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones con tomate	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos estofados con calabacín, zanahoria y cebolla	Arroz blanco con salsa de tomate
Caballa en aceite con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de lechuga y tomate	Pechuga de pollo rebozada con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate	Huevos fritos con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Macarrones con tomate	Crema de zanahoria	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con natatas dardn	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz con verduras (champiñón, calabacín y guisante)	Judías verdes con salsa de tomate	Lentejas estofadas con cebolla, ajo y zanahoria	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento)
Halibut al horno con lechuga iceberg	Tortilla de patata con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada de lechuga y tomate	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.



LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate	Alubias blancas estofadas con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Filete de limanda rebosada con lechuga iceberg
			Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate	Arroz blanco con salsa de tomate
Caballa en aceite con tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate	Huevos fritos con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo	Crema de zanahoria, puerro y patata	Guisantes con jamón y zanahoria	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dadas	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york)	Judías verdes con salsa de tomate	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)
Halibut al horno con lechuga iceberg	Tortilla de patata con tomate natural	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.



LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Filete de limanda rebosada con lechuga iceberg
			Fruta apta	Fruta apta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimienta y tomate	Arroz blanco con salsa de tomate
Caballa en aceite con tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate	Huevos fritos con lechuga
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo	Crema de zanahoria, puerro y patata	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dadas	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur de sabores Fruta apta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york)	Judías verdes con salsa de tomate	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)
Halibut al horno con lechuga iceberg	Tortilla de patata con tomate natural	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.



COLEGIO SAN JOSE

SEPTIEMBRE 2022 - ALERGIA PESCADO



LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Pechuga de pavo asada al vino blanco con lechuga iceberg
			Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimienta y tomate	Arroz blanco con salsa de tomate
Tortilla de jamón serrano con tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Sopa casera de verduras con fideos	Huevos fritos con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo	Crema de zanahoria, puerro y patata	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dadas	Tortilla de champiñón con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york)	Judías verdes con salsa de tomate	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)
Crema de calabaza	Tortilla de patata con tomate natural	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate	Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menús se incluye Agua y pan.



LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Arroz con tomate 	Judías verdes con patata y huevo  
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Filete de limanda rebozada con lechuga iceberg     
			Fruta	Fruta
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Macarrones gratinados con queso  	Guisantes salteados con ajo y pimentón  	Judías verdes salteadas con ajo  	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate    	Arroz blanco con salsa de tomate 
Caballa en aceite con tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate    	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate       	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate       	Huevos fritos con lechuga  
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo 
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Espirales de colores con chorizo    	Crema de zanahoria, puerro y patata    	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria  	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro  
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga  	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes) con patatas dado    	Bacalao al horno con lechuga iceberg    	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno 	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate     
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta 
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Arroz tres delicias (huevo, guisante, york)     	Judías verdes con salsa de tomate  	Crema de zanahoria y patata 	Judías pintas con arroz  	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 
Halibut al horno con lechuga iceberg     	Tortilla de patata con tomate natural 	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate       	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate       	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo 
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
En todos los menus se incluye Agua y pan apto celiaco.				

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
			Acelgas con patata	Lentejas a la jardinera con zanahoria y cebolla
			Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate	Filete de limanda rebozada con lechuga iceberg
			Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Crema de zanahoria	Guisantes salteados con ajo y pimentón	Judías verdes salteadas con ajo	Garbanzos con chorizo, cebolla, pimiento y tomate	Brócoli con patata
Caballa en aceite con tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Filete ruso casero mixto a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Bacaladilla frita con ensalada de lechuga y tomate	Huevos fritos con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)	Crema de zanahoria, puerro y patata	Lentejas estofadas con patata, cebolla, ajo y zanahoria	Acelgas con patata y jamón serrano	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro
Caballa en aceite con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Estofado de cerdo con verduras (zanahoria, cebolla, guisantes)	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta
				Pan integral
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Crema de calabacín	Judías verdes con salsa de tomate	Lentejas estofadas con cebolla, ajo, zanahoria y chorizo	Judías pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)
Halibut al horno con lechuga iceberg	Tortilla de patata con tomate natural	Libritos de lomo con queso con ensalada de lechuga y tomate	Caella con limón y cebolla con ensalada de lechuga y tomate	Filete de aguja de cerdo a la plancha con lechuga
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta/Lacteo
				Pan integral
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7

En todos los menus se incluye Agua y pan.

