



SEMANA
DEL
6 AL 8



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SEMANA
DEL
11 AL 14

1º LENTICULOS GUISADOS CON VERDURAS Y JAMÓN
2º FILETE BUDO DE CARNE FINADA DE TERNERA Y CEBOLLO
G ENSALADA DE BOMBACHOS
P PLÁTANO Y LECHE
PAN DE CEREALES

1º ESPAGUETIS CON NATA Y BACÓN
2º LOMO DE BACALAO AL HORNO
G PISTO
P MELÓN

1º SOPA DE CODOCO CON FIDEOS
2º CODOCO COMPLETO (GARBANZOS CARNE VERDURA)
P PERA
PAN INTEGRAL

1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS
2º FILETE DE POLLO EMPANADO
G PATATAS FRITAS
P MELCOTÓN Y LECHE

FESTIVO

SEMANA
DEL
18 AL 22



1º PAELLA DE ARROZ CON CARNE Y MARISCO
2º CANELONES DE ATÚN
G ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS
P PLÁTANO

1º JUDÍAS BLANCAS GUISADAS CON JAMÓN
2º TORTILLA DE PATATAS
G ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
P MANZANA Y LECHE
PAN DE CEREALES

1º CREMA DE CALABACÍN
2º POLLO ASADO
G PATATAS A LA PANADERA
P GELATINA DE FRUTAS

1º GUISANTES CON JAMÓN SEBRANO
2º FILETE DE PESCABILLA SEBRANO
G ENSALADA DE LECHUGA
P NECTARINA Y LECHE
PAN INTEGRAL

SEMANA
DEL
25 AL 29

1º PATATAS GUISADAS CON BOMBITO Y CALABACÍN
2º BIZCOCHO DE PAVO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
G SALSICHA
P SANDÍA
PAN INTEGRAL

1º FIDEUÀ CON POLLO Y VERDURA
2º HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE
G PURÉ DE MANZANA
P PLÁTANO

1º PURÉ DE GARBANZOS
2º PESCADO VARIADO FRITO
G ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
P MELÓN

1º JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO
2º EMPANADOR CON SALSA MARINERA
G ENSALADA DE ESCAROLA
P MELCOTÓN
PAN DE CEREALES

1º RECÓCULO REHOGADO CON JAMÓN
2º ALBONDIGAS DE TERNERA GUISADAS
G PATATAS ASADAS
P BIZCOCHO DE HARINA INTEGRAL Y VASO DE LECHE

PRODUCTOS ECOLÓGICOS

PRODUCTOS INTEGRALES

PRODUCTOS DE TEMPORADA

RECOMENDACIONES DE CENAS

¿QUÉ CENAR SI HEMOS COMIDO...?



COMIDA

CEREALES
PASTA
TUBÉRCULOS



VERDURAS COCIDAS
ENSALADA

VERDURAS COCIDAS
ENSALADA



CEREALES
PASTA
FÉCULAS

POLLO
TERNERA
CERDO



PESCADO
HUEVO

PESCADO



CARNE MAGRA
HUEVO

PESCADO
HUEVO



POLLO
TERNERA
CERDO

LÁCTEO



FRUTA

CENA