

	lunes 9	martes 10	miércoles 11	jueves 12	viernes 13
Primero	Espirales con tomate y atún	Arroz "Brut"	Crema de guisantes	Sopa de verduras	Garbanzos con espinacas
Segundo	Buñuelos de bacalao con ensalada	Lomo adobado con brocoli al vapor	Tortilla de patata con lechuga y tomate	Escaldums de albóndigas con patatas	Pizza jamón y queso
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt natural	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bollit de huevo, atún, patata, zanahoria. Fruta</i>	<i>Puré de verdura con tortilla de coliflor. Fruta</i>	<i>Berenjena rellena de carne y verdura. Fruta</i>	<i>lubina a la plancha con ensalada. Fruta</i>	<i>Arroz integral a la cubana. Fruta</i>
	lunes 16	martes 17	miércoles 18	jueves 19	viernes 20
Primero	Sopa de fideos	Crema de puerros	Espirales a la napolitana	Estofado de alubias	 FESTIVO
Segundo	Croquetas de cocido con lechuga y maíz	Pechuga de pollo en salsa de champiñones con arroz	Redondo de pavo con lechuga variada	Gallo de San Pedro con patatas asadas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	
Sugerencia de cena	<i>Pescado blanco con verduras al papillote. Fruta</i>	<i>Revuelto con espárragos y ensalada de quinoa. Fruta</i>	<i>Pimiento relleno de arroz y carne picada. Fruta</i>	<i>Pepito de lomo con pan integral, tomate y queso. Fruta</i>	
	lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26	viernes 27
Primero	Macarrones carbonara	Paella mixta	Lentejas a la riojana	Sopa	Puré de verduras
Segundo	Hamburguesa con lechuga y zanahoria	Merluza con ensalada de tomate, picatostes y queso fresco	Rabas calamar con lechuga y tomate	Pollo al ajillo con patatas	Tortilla de patata con lechuga
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Espirales de lentejas con champiñones y pavo troceado. Fruta</i>	<i>Sopa y rollito de tortilla francesa con jamón y queso. Fruta</i>	<i>Lenguado a la plancha con verduras al gusto. Fruta</i>	<i>calamar a la plancha con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Delicias de pescado con ensalada completa. Fruta</i>
	lunes 30	martes 31			
Primero	Garbanzos	Gnocchis al pesto			
Segundo	Salchichas frescas con patatas	Rollitos de primavera con ensalada de lechuga, maíz y remolacha			
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada			
Sugerencia de cena	<i>Hamburguesa casera de legumbres con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Aguja de cerdo con ensalada. Fruta</i>			

La fruta de este mes es: mandarina, naranja, pera, plátano y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.
 El aceite que se utiliza para freír es alto oleico.



	lunes 9	martes 10	miércoles 11	jueves 12	viernes 13
Primero	Pasta con tomate y atún	Arroz "Brut"	Crema de guisantes	Sopa de verduras	Garbanzos con espinacas
Segundo	Merluza con ensalada	Lomo adobado con brocoli al vapor	Tortilla de patata con lechuga y tomate	Escaldums de albóndigas con patatas	Pizza jamón y queso
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt natural	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bollit de huevo, atún, patata, zanahoria. Fruta</i>	<i>Puré de verdura con tortilla de coliflor. Fruta</i>	<i>Berenjena rellena de carne y verdura. Fruta</i>	<i>lubina a la plancha con ensalada. Fruta</i>	<i>Arroz integral a la cubana. Fruta</i>

	lunes 16	martes 17	miércoles 18	jueves 19	viernes 20
Primero	Sopa de fideos	Crema de puerros	Pasta a la napolitana	Estofado de alubias	 FESTIVO
Segundo	Tortilla francesa con lechuga y maíz	Pechuga de pollo en salsa de champiñones con arroz	Redondo de pavo con lechuga variada	Gallo de San Pedro con patatas asadas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	
Sugerencia de cena	<i>Pescado blanco con verduras al papillote. Fruta</i>	<i>Revuelto con espárragos y ensalada de quinoa. Fruta</i>	<i>Pimiento relleno de arroz y carne picada. Fruta</i>	<i>Pepito de lomo con pan integral, tomate y queso. Fruta</i>	

	lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26	viernes 27
Primero	Pasta carbonara	Paella mixta	Legumbres a la riojana	Sopa	Puré de verduras
Segundo	Hamburguesa con lechuga y zanahoria	Merluza con ensalada de tomate y queso fresco	Pavo con lechuga y tomate	Pollo al ajillo con patatas	Tortilla de patata con lechuga
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Espirales de lentejas con champiñones y pavo troceado. Fruta</i>	<i>Sopa y rollito de tortilla francesa con jamón y queso. Fruta</i>	<i>Lenguado a la plancha con verduritas al gusto. Fruta</i>	<i>calamar a la plancha con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Delicias de pescado con ensalada completa. Fruta</i>

	lunes 30	martes 31
Primero	Garbanzos	Gnocchis al pesto
Segundo	Salchichas frescas con patatas	Lomo con ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Hamburguesa casera de legumbres con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Aguja de cerdo con ensalada. Fruta</i>

La fruta de este mes es: mandarina, pera, plátano y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.
 El aceite que se utiliza para freír es alto oleico.





	lunes 9	martes 10	miércoles 11	jueves 12	viernes 13
Primero	Espirales con tomate y atún	Arroz "Brut"	Crema de guisantes	Sopa de verduras	Garbanzos con espinacas
Segundo	Merluza con ensalada	Lomo con brocoli al vapor	Tortilla de patata con lechuga y tomate	Escaldums de albóndigas con patatas	Pavo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bollit de huevo, atún, patata, zanahoria. Fruta</i>	<i>Puré de verdura con tortilla de coliflor. Fruta</i>	<i>Berenjena rellena de carne y verdura. Fruta</i>	<i>lubina a la plancha con ensalada. Fruta</i>	<i>Arroz integral a la cubana. Fruta</i>

	lunes 16	martes 17	miércoles 18	jueves 19	viernes 20
Primero	Sopa de fideos	Crema de puerros	Espirales a la napolitana	Estofado de alubias	
Segundo	Tortilla francesa con lechuga y maíz	Pechuga de pollo con arroz	Redondo de pavo con lechuga variada	Gallo de San Pedro con patatas asadas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
Sugerencia de cena	<i>Pescado blanco con verduras al papillote. Fruta</i>	<i>Revuelto con espárragos y ensalada de quinoa. Fruta</i>	<i>Pimiento relleno de arroz y carne picada. Fruta</i>	<i>Pepito de lomo con pan integral, tomate. Fruta</i>	

	lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26	viernes 27
Primero	Macarrones con champiñones	Paella mixta	Lentejas a la riojana	Sopa	Puré de verduras
Segundo	Hamburguesa con lechuga y zanahoria	Merluza con ensalada de tomate	Pavo con lechuga y tomate	Pollo al ajillo con patatas	Tortilla de patata con lechuga
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Espirales de lentejas y pavo troceado. Fruta</i>	<i>Sopa y rollito de tortilla francesa con jamón. Fruta</i>	<i>Lenguado a la plancha con verduritas al gusto. Fruta</i>	<i>calamar a la plancha con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Delicias de pescado con ensalada completa. Fruta</i>

	lunes 30	martes 31
Primero	Garbanzos	Gnocchis
Segundo	Salchichas frescas con patatas	Lomo con ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Hamburguesa casera de legumbres con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Aguja de cerdo con ensalada. Fruta</i>

La fruta de este mes es: mandarina, pera, plátano y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.
 El aceite que se utiliza para freir es alto oleico.



	lunes 9	martes 10	miércoles 11	jueves 12	viernes 13
Primero	Espirales con tomate	Arroz "Brut"	Crema de guisantes	Sopa de verduras	Garbanzos con espinacas
Segundo	Hamburguesa con ensalada	Lomo adobado con brocoli al vapor	Tortilla de patata con lechuga y tomate	Escaldums de albóndigas con patatas	Pavo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt natural	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bollit de huevo, patata, zanahoria. Fruta</i>	<i>Puré de verdura con tortilla de coliflor. Fruta</i>	<i>Berenjena rellena de carne y verdura. Fruta</i>	<i>Chuletitas de cerdo a la plancha con ensalada. Fruta</i>	<i>Arroz integral a la cubana. Fruta</i>
	lunes 16	martes 17	miércoles 18	jueves 19	viernes 20
Primero	Sopa de fideos	Crema de puerros	Espirales a la napolitana	Estofado de alubias	 FESTIVO
Segundo	Tortilla francesa con lechuga y maíz	Pechuga de pollo en salsa de champiñones con arroz	Redondo de pavo con lechuga variada	Lomo con patatas asadas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	
Sugerencia de cena	<i>Wok de carne con verduras. Fruta</i>	<i>Revuelto con espárragos y ensalada de quinoa. Fruta</i>	<i>Pimiento relleno de arroz y carne picada. Fruta</i>	<i>Pepito de lomo con pan integral, tomate y queso. Fruta</i>	
	lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26	viernes 27
Primero	Macarrones carbonara	Paella	Lentejas a la riojana	Sopa	Puré de verduras
Segundo	Hamburguesa con lechuga y zanahoria	Tortilla francesa con ensalada de tomate, picatostes y queso	Pavo con lechuga y tomate	Pollo al ajillo con patatas	Tortilla de patata con lechuga
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Espirales de lentejas con champiñones y pavo troceado. Fruta</i>	<i>Sopa y rollito de tortilla francesa con jamón y queso. Fruta</i>	<i>Solomillo de pavo a la plancha con verduritas al gusto. Fruta</i>	<i>calamar a la plancha con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Solomillo de cerdo con ensalada completa. Fruta</i>
	lunes 30	martes 31			
Primero	Garbanzos	Gnocchis al pesto			
Segundo	Salchichas frescas con patatas	Lomo con ensalada de lechuga, maíz y remolacha			
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada			
Sugerencia de cena	<i>Hamburguesa casera de legumbres con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Aguja de cerdo con ensalada. Fruta</i>			

La fruta de este mes es: mandarina, pera, plátano y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.
 El aceite que se utiliza para freír es alto oleico.



	lunes 9	martes 10	miércoles 11	jueves 12	viernes 13
Primero	Espirales con tomate y atún	Arroz "Brut"	Crema de guisantes	Sopa de verduras	Garbanzos con espinacas
Segundo	Merluza con ensalada	Lomo adobado con brocoli al vapor	Pechuga de pollo con lechuga y tomate	Escaldums de albóndigas con patatas	Pavo con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt natural	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bollit de atún, patata, zanahoria. Fruta</i>	<i>Puré de verdura con hamburguesa. Fruta</i>	<i>Berenjena rellena de carne y verdura. Fruta</i>	<i>lubina a la plancha con ensalada. Fruta</i>	<i>Arroz integral a la cubana. Fruta</i>

	lunes 16	martes 17	miércoles 18	jueves 19	viernes 20
Primero	Sopa de fideos	Crema de puerros	Espirales a la napolitana	Estofado de alubias	 FESTIVO
Segundo	Lomo con lechuga y maíz	Pechuga de pollo en salsa de champiñones con arroz	Redondo de pavo con lechuga variada	Gallo de San Pedro con patatas asadas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	
Sugerencia de cena	<i>Pescado blanco con verduras al papillote. Fruta</i>	<i>Ensalada de quinoa. Fruta</i>	<i>Pimiento relleno de arroz y carne picada. Fruta</i>	<i>Pepito de lomo con pan integral, tomate y queso. Fruta</i>	

	lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26	viernes 27
Primero	Macarrones carbonara	Paella mixta	Lentejas a la riojana	Sopa	Puré de verduras
Segundo	Hamburguesa con lechuga y zanahoria	Merluza con ensalada de tomate, picatostes y queso fresco	Pavo con lechuga y tomate	Pollo al ajillo con patatas	Hamburguesa con lechuga
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Espirales de lentejas con champiñones y pavo troceado. Fruta</i>	<i>Sopa y rollito de jamón y queso. Fruta</i>	<i>Lenguado a la plancha con verduritas al gusto. Fruta</i>	<i>calamar a la plancha con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Delicias de pescado con ensalada completa. Fruta</i>

	lunes 30	martes 31
Primero	Garbanzos	Gnocchis al pesto
Segundo	Salchichas frescas con patatas	Lomo con ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Hamburguesa casera de legumbres con patatas y cebolla. Fruta</i>	<i>Aguja de cerdo con ensalada. Fruta</i>

La fruta de este mes es: mandarina, pera, plátano y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.
 El aceite que se utiliza para freir es alto oleico.

