



MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
HUMMUS CON CRUDITÉS FINGERS DE POLLO CASEROS (1,3) PATATA Y BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Tabulé de couscous con huevo cocido / Fruta</i>	ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE CASERA DORADA A LA PLANCHA (4) GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Filete de pavo a la plancha con ensalada tipo César / Fruta</i>	CREMA DE CALABACÍN (7) ALBÓNDIGAS DE TERNERA (7,12) VERDURAS Y PATATA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Merluza con harina de garbanzos y ensalada / Fruta</i>	GUIZO DE LENTEJAS CON VERDURAS HAMBURGUESA CASERA DE ATÚN (1,3,4) VEGETALES CRUDOS (lechuga, tomate, aceitunas) ENSALADA DE FRUTA FRESCA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Ensalada variada y quiche de espinacas / Fruta</i>
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10
FUSILLI CON SALSA DE TOMATE CASERA (1,3) GALLO DE SAN PEDRO A LA PLANCHA (4) GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta</i>	GUIZO DE LENTEJAS CON VERDURAS POLLO AL HORNO EN SU JUGO PURÉ DE PATATA Y JUDÍAS VERDES SALTEADAS (1,7) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Filete de dorada con ajo, perejil y tabulé / Fruta</i>	ARROZ CALDOSOS DE PESCADO (2,4,14) TORTILLA A LA FRANCESA CON JAMÓN Y QUESO (3,7) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Pavo a la plancha con patata y ensalada / Fruta</i>	ENSALADA DE GARBANZOS ESTOFADO DE TERNERA VERDURAS Y ARROZ BASMATI YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Huevos cocidos y ensalada con manzana y nueces / Fruta</i>
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
MACARRONES integrales GRATINADOS CON QUESO (1,3,7) BACALAO ENHARINADO CASERO (1,4) ENSALADA VARIADA c/ ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Huevos a la plancha con verduras y tomate / Fruta</i>	ESTOFADO DE ALUBIAS CON VERDURAS LOMO DE CERDO SALTEADO CON VERDURAS PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Ensalada de quinoa con vegetales y queso / Fruta</i>	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA MERLUZA A LA PLANCHA (4) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Garbanzos con lazos de pasta y vegetales / Fruta</i>	CREMA DE ZANAHORIA Y JENGIBRE (7) ESCALOPE CASERO DE POLLO (1,3) JUDÍAS VERDES CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Dorada al horno con ensalada de arroz / Fruta</i>
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24
COUSCOUS integral SALTEADO CON VERDURAS (1) TORTILLA DE PATATA ENSALADA VARIADA c/ MANZANA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Lomo de merluza con limón y eneldo y ensalada / Fruta</i>	CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA Y LENTEJAS PAELLA DE MARISCO (calamar y gambas) (2,4,14) YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Pollo campero a la plancha con patata y ensalada / Fruta</i>	SOPA DE CALDO DE POLLO TORTILLAS DE BACALAO Y VERDURAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Ensalada de arroz con vegetales y garbanzos / Fruta</i>	ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y AGUACATE HAMBURGUESA DE CARNE DE TERNERA PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> <i>Espagueti integral con salmon y judías verdes / Fruta</i>
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
HALF - TERM			

Menú Internacional : MÉXICO

CHILI CON CARNE Y ALUBIAS ROJAS  
TORTILLAS DE JAMÓN Y QUESO CHEDDAR  
YOGUR NATURAL (7) o FRUTA  
**Sugerencia de cena:**  
*Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta*

ENSALADA DE QUÍNOA  
PIZZA CASERA  
JAMÓN Y VEGETALES  
FRUTA DE TEMPORADA  
**Sugerencia de cena:**  
*Sopa y Croquetas de espinacas con ensalada / Fruta*

**Alérgenos presentes:**

- 1: Cereales con gluten y derivados 2: Crustáceos y derivados 3: Huevo y derivados 4: Pescado y derivados 5: Cacahuets y derivados 6: Soja y derivados  
7: Leche y derivados 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio y derivados 10: Mostaza y derivados 11: Sésamo y derivados 12: Dióxido de azufre y sulfitos  
13: Altramuces y derivados 14: Moluscos y derivados