



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FARFALLE CON CHAMPIÑONES, AJO Y ALBAHACA (1,3)  TORTILLA ESPAÑOLA (3)  ENSALADA CON AGUACATE  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Merluza al horno con cebolla, zanahoria y pan / Fruta	HUMMUS CON VEGETALES  FINGERS DE POLLO CASEROS (1,3)  PATATA AL HORNO Y BRÓCOLI AL VAPOR  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa de pasta y croquetas de espinacas con ensalada / Fruta	ARROZ integral SALTEADO CON PIMIENTOS  DORADA A LA PLANCHA (4)  ENSALADA CON MAÍZ  YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y cuscus / Fruta	CREMA DE ZANAHORIA Y LECHE DE COCO  HAMBURGUESA DE TERNERA CASERA  PATATA ASADA Y PISTO DE VERDURAS  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Tortilla a la francesa con ensalada y pan / Fruta	GUIZO DE LENTEJAS CON VERDURAS  MERLUZA A LA ROMANA CASERA (1,3,4)  ENSALADA CON ACEITUNAS  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Tortillas mexicanas con verduras y queso / Fruta
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FUSILLI CON SALSA DE TOMATE CASERA O A LA CARBONARA (1,3,7)  GALLO DE SAN PEDRO A LA PLANCHA (4)  ENSALADA CON MAÍZ MACEDONIA DE FRUTA FRESCA <b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y revuelto con champiñones / Fruta	GUIZO DE LENTEJAS CON VERDURAS  POLLO AL HORNO EN SU JUGO (12)  PURÉ DE PATATA Y JUDÍAS VERDES SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Merluza a horno con cebolla, patata y tomate / Fruta	PAELLA DE PESCADO Y MARISCO (2,4,14)  TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO (3,7)  BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA Falafel de garbanzos con salsa de yogur y ensalada / Fruta	ROLLITO DE PRIMAVERA Y ENSALADA DE TOMATE CHERRY (1,3,6)  ESTOFADO DE TERNERA  VERDURAS Y ARROZ BASMATI YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y ensalada con pavo salteado	ENSALADA DE GARBANZOS (1,3,6)  SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE VERDURAS (12)  PATATA DUQUESA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Quiche de espinacas y queso con ensalada / Fruta
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
MACARRONES integrales CON QUESO GRATINADO (1,3,7)  TORTILLA A LA FRANCESA (3)  ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Bacalao con patata y espinacas salteadas / Fruta	ALUBIAS ESTOFADAS  POLLO CON SALSA ESPAÑOLA  CHAMPIÑONES Y PATATA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta	ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE CASERA  MERLUZA A LA PLANCHA (4)  BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de garbanzos con cuscus / Fruta	CREMA DE ZANAHORIA  ESCALOPE DE PAVO CASERO (1,3)  ENSALADA VARIADA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de verduras con salsa de tomate / Fruta	ENSALADA DE ALUBIAS ROJAS CON AGUACATE  FAJITAS DE CARNE PICADA CON QUESO (1,7)  BONIATO AL HORNO YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> Brochetas de rape, langostinos y arroz salteado / Fruta
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
CUSCÚS integral CON VERDURAS (1)  TORTILLA DE PATATAS (3)  ENSALADA VARIADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Merluza enharinada con judías verdes con tomate / Fruta	CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRE  PAELLA MIXTA (2,4,14)  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Contramuslo de pollo con ensalada de quinoa / Fruta	GNOCCHI CON SALSA DE TOMATE (1)  LENGUADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4)  COLIFLOR AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Huevo cocido con patata y ensalada / Fruta	ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y AGUACATE  ALBÓNDIGAS DE TERNERA  VERDURAS Y PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Salmón con arroz y brócoli / Fruta	CREMA DE PUERROS Y BULBOS DE HINOJO  PIZZA DE JAMÓN Y VEGETALES (1,7)  ENSALADA VERDE YOGUR NATURAL (7) o FRUTA <b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta
LUNES 30	MARTES 31			
ENSALADA MIXTA CON ATÚN Y HUEVO DURO (3,4)  TALLARINES integrales CON BOLOÑESA VEGETAL (1,3,6)  FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con brócoli, patata y zanahoria	POTAJE DE GARBANZOS CON CALABAZA Y ESPINACAS  PECHUGA DE PAVO AL CURRY  ARROZ FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa de pasta y raolas de bacalao con ensalada / Fruta			

Alérgenos presentes:

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

Menú consensuado por Ismael Rosa Clemente (Jefe de cocina) y María Colomer Valiente (Dietista-nutricionista)