

|        | LUNES 3   | MARTES 4   | MIÉRCOLES 5  | JUEVES 6  | VIERNES 7  |
|--------|---|--|--|---|--|
| COMIDA | ENSALADA VERDE<br>MAC AND CHEESE (1,3,6,7,10)<br>TORILLA FRANCESA (3)<br>FRUTA DEL TIEMPO                               | CREMA DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (1)<br>FISH AND CHIPS (1,4)<br>CREP CON AZÚCAR Y LIMÓN (1,3,7) | ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS<br>ESTOFADO DE POLLO<br>ARROZ BLANCO<br>FRUTA DEL TIEMPO                                  | SOPA (1,3,6,10)<br>SALMÓN AL CHIMICHURRY (4)<br>VERDURAS SALTEADAS (pimiento, cebolla, champiñón y brócoli)<br>FRUTA DEL TIEMPO | GUACAMOLE CON CRUDITÉS<br>HAMBURGUESA COMPLETA (1,7)<br>PATATA GAJO<br>FRUTA DEL TIEMPO              |
| CENA   | Ternera a la plancha con guisantes y patata<br>fruta del tiempo   | Tortilla de patata con brócoli y zanahoria baby<br>fruta del tiempo                            | Albóndigas con salsa de tomate y puré de patata<br>fruta del tiempo  | Ensalada + crep de jamón y queso<br>fruta del tiempo  | Espaguetis con calabacín y gambas<br>fruta del tiempo  |
|        | LUNES 10  | MARTES 11  | MIÉRCOLES 12   | JUEVES 13   | VIERNES 14   |
| COMIDA | ENSALADA DE AGUACATE Y HUEVO (3)<br>ALBÓNDIGAS <b>VEGANAS VEGANA EN SALSA</b> (6)<br>PURÉ DE PATATA<br>FRUTA DEL TIEMPO | GUIISO DE ALUBIAS<br>PAVO AL CURRI<br>ARROZ BASMATI<br>FRUTA DEL TIEMPO                        | <b>MENÚ ITALIANO</b><br>ENSALADA CAPRESSE (7)<br>TORTELLINI A LA NAPOLITANA (1,3,6,10)<br>PANNACOTA CON FRUTOS ROJOS (7) | HUMUS CON CRUDITÉS<br>POLLO AL HORNO CON LIMÓN<br>BULGUR CON ZANAHORIA (1)<br>FRUTA DEL TIEMPO                                  | CREMA DE TOMATE<br>MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4)<br>PATATA LA HORNO<br>FRUTA DEL TIEMPO |
| CENA   | Sopa + Dorada al horno con zanahoria<br>fruta del tiempo  | Huevo plancha con chips de moniato y ensalada<br>fruta del tiempo                              | Salmón con arroz y brócoli<br>fruta del tiempo   | Hamburguesa con puré de moniato y ensalada<br>fruta del tiempo  | Ensalada + "pa amb oli" de queso<br>fruta del tiempo   |
|        | LUNES 17  | MARTES 18  | MIÉRCOLES 19   | JUEVES 20   | VIERNES 21   |
| COMIDA | ENSALADA GRIEGA (7)<br>ROLLITOS DE PRIMAVERA (1)<br>ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (3)<br>FRUTA DEL TIEMPO            | TRAMPÓ DE GARBANZOS<br>FIDEUÁ DE PESCADO (1,3,4,6,10)<br>FRUTA DEL TIEMPO                      | PURÉ DE COLIFLOR I COCO<br>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON PICADA<br>CUSCÚS (1)<br>YOGUR (7)                           | SOPA (1,3,6,10)<br>MERLUZA EN SALSA VERDE (4)<br>PATATA Y ZANAHORIA HERVIDA<br>FRUTA DEL TIEMPO                                 | ESTOFADO DE LENTEJA (1)<br>REDONDO DE PAVO A LA NAPOLITANA<br>ARROZ BASMATI<br>FRUTA DEL TIEMPO      |
| CENA   | Pollo al horno con calabacín y patata<br>fruta del tiempo   | Revuelto de huevo con guisantes y zanahoria<br>fruta del tiempo                                | Croquetas de pollo con arroz con verduras<br>fruta del tiempo  | Crema de calabaza + brusquettas con queso<br>fruta del tiempo   | Sopa de rape con fideos y verdura<br>fruta del tiempo  |
|        | LUNES 24  | MARTES 25  | MIÉRCOLES 26   | JUEVES 27   | VIERNES 28   |
| COMIDA | CREMA DE ALUBIAS Y CALABAZA<br>ESPAGUETIS AL PESTO DE ESPINACA (1,3,6,7,10)<br>FRUTA DEL TIEMPO                         | ENSALADA TROPICAL<br>FINGERS DE POLLO CASEROS (1,3)<br>PATATÓ AL ROMERO<br>FRUTA DEL TIEMPO    | "TREMPO" DE GARBANZOS<br>TORTILLA DE PATATA (3)<br>ARROZ CON TOMATE<br>GELATINA  | ENSALADA CÉSAR (1,7)<br>HAMBURGUESA DE ATÚN (4)<br>BULGUR CON ZANAHORIA (1)<br>FRUTA DEL TIEMPO                                 | ENSALADA MIXTA<br>PIZZA <b>VEGETAL</b> (1,7)<br>FRUTA DEL TIEMPO                                     |
| CENA   | Revuelto de huevos con jamón + patata<br>fruta del tiempo   | Humus + merluza al horno con calabacín<br>fruta del tiempo                                     | Pavo a la plancha con calabaza y moniato<br>fruta del tiempo   | Puré de verduras + fajitas de tofu<br>fruta del tiempo  | Sopa de hervido de pollo con judía verde<br>fruta del tiempo   |
|        | LUNES 31  |  |  |   |  |
| COMIDA | ENSALADA PANZANELLA (1)<br>LASAÑA <b>VEGANAS</b> (1,6)<br>FRUTA DEL TIEMPO  |  |  |   |  |
| CENA   | Espinacas con patata + lubina a la plancha<br>fruta del tiempo  |  |  |   |  |



**NO CARNE DE CERDO**

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CERDO. Esta carne se sustituirá por un producto similar. Los cambios del menú basal están marcados en rojo