

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Día 02 y Día 30</b>	<b>Día 03 y Día 31</b>	<b>Día 04</b>	<b>Día 05</b>	<b>Día 06</b>
Macarrones con tomate y queso. (ECO) Tortilla de patatas con ensalada tomate natural. Manzana Golden.	Lentejas estofadas con arroz y verdura. (ECO) Emperador al horno con ensalada. Yogur.	Crema de zanahoria. (ECO) Pollo asado con patatas fritas. Pera de agua.	Arroz blanco con tomate. (ECO) Lenguado al horno con ensalada. Plátano de canarias.	Judías verdes rehogadas con jamón. Lomo de cerdo asado con menestra de verduras. Naranja, kiwi o mandarina.
Verduras asadas a la plancha. Huevos con tomate Fruta del tiempo/leche	Sopa juliana. Tortilla francesa. Fruta del tiempo/leche.	Coliflor o brócoli con jamón. Lenguado a la plancha Fruta del tiempo/leche.	Ensalada mixta Hamburguesa casera Fruta del tiempo/leche	Ensalada de pasta, maíz y atún Pechuga de pavo al horno. Postre casero
<b>Día 09</b>	<b>Día 10</b>	<b>Día 11</b>	<b>Día 12</b>	<b>Día 13</b>
Arroz con judías verdes (ECO): Pollo al horno con patatas fritas. Manzana golden o pera.	Sopa de estrellas. Garbanzos (Cocido completo con verduras) (ECO) Plátano de canarias.	Puré de verduras (ECO). Redondo de ternera o albóndigas con verduras y patatas chips. Kiwi o naranja.	Lentejas con arroz. (ECO) Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. Manzana o naranja.	Espirales de colores con tomate y queso. (ECO) Lomitos de rape al horno con ensalada. Pera.
Crema de calabacín Sardinas a la plancha Fruta del tiempo/leche	Hervido de patatas con verduras. Huevos rellenos de atún y tomate. Fruta del tiempo/leche	Lasaña de verduras Filete de gallo a la plancha Fruta del tiempo/leche	Sopa de pescado Pechuga de pavo a la plancha Fruta del tiempo/leche	Ensalada de verduras variadas Pizza casera Flan de huevo
<b>Día 16</b>	<b>Día 17</b>	<b>Día 18</b>	<b>Día 19</b>	<b>Día 20</b>
Puré de verduras. (ECO) Merluza al horno con arroz pilaw. Plátano de canarias.	Judías blancas con zanahoria y patatas. (ECO) Lomo de cerdo asado con patatas fritas Yogur.	Macarrones con tomate picadillo y queso. (ECO) Pollo asado con calabacín y patatas. Manzana golden.	Garbanzos con verduras. (ECO) Boquerones fritos con ensalada de arroz. Kiwi o pera.	Puré (o menestra) de verduras. (ECO) Tortilla con ensalada de tomate natural (ECO). (Opción Huevos, pisto y patatas (ECO) Kiwi o naranja
Arroz con calabacín y tomate al pesto Huevo a la plancha Fruta del tiempo/leche	Verduras salteadas con jamón Escalope de ternera Fruta del tiempo/leche	Ensalada mixta Tortilla de atún Fruta del tiempo/leche	Sopa juliana Hamburguesa casera Brocheta de frutas	Pasta con champiñones y queso Bacaladitos fritos Postre casero
<b>Día 23</b>	<b>Día 24</b>	<b>Día 25</b>	<b>Día 26</b>	<b>Día 27</b>
Espirales de colores con tomate y queso. (ECO) Salmón al vapor con ensalada. Mandarina o naranja	Lentejas estofadas con verduras. (ECO) Tortilla de patatas con ensalada de tomate natural. Pera blanquilla.	Judías verdes rehogadas con jamón. Redondo de ternera o albóndigas con verduras variadas. Plátano de canarias.	Sopa de fideos. (ECO) Garbanzos (Cocido completo con verduras). (ECO) Manzana Golden.	Arroz con judías verdes. (ECO) Calamares a la andaluza con ensalada. Kiwi o naranja.
Hervido de patatas con verdura Pollo a la plancha Fruta de tiempo/leche	Puré de coliflor, patata y calabaza. Boquerones fritos Fruta de tiempo/leche	Berenjena rellena de arroz y verdura. Caballa a la plancha. Macedonia de fruta/leche	Verduras asadas a la plancha. Huevos rellenos de atún y tomate. Fruta de tiempo/leche	Ensalada variada Hamburguesa casera Flan de huevo