

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
HELADO

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES A LA CARBONARA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PICADILLO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA
POCHADA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
RAGOUT DE PAVO CON ZANAHORIAS
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
SAN JACOBO DE PAVO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
HELADO

29

ESPAGUETIS AL PESTO
TERNERA EN SALSA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

31



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
RABAS DE CALAMAR
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES A LA CARBONARA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PICADILLO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA
POCHADA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
SAN JACOBO DE PAVO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

ESPAGUETIS AL PESTO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

BRÓCOLI REHOGADO
RABAS DE CALAMAR
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

ESPIRALES AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
FRUTA

29

ESPAGUETIS AL PESTO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
FRUTA

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSAS
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
RABAS DE CALAMAR
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES A LA CARBONARA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PICADILLO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA
POCHADA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSAS
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
SAN JACOBO DE PAVO
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

ESPAGUETIS AL PESTO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA
POCHADA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
LOMO A LA PLANCHA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
LOMO A LA PLANCHA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN
HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
LOMO A LA PLANCHA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
LECHUGA
YOGUR

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA
YOGUR

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA
FRUTA
YOGUR

9

SOPA DE ESTRELLAS
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
TORTILLA DE PATATAS
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE NATURAL
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA
YOGUR

13

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
TERNERA EN SALSA
FRUTA
YOGUR

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA
YOGUR

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA
YOGUR

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA
YOGUR

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

22

ESPIRALES AL AJILLO
CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
LOMO A LA PLANCHA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA
YOGUR

23

SOPA DE PICADILLO
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA POCHADA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA
YOGUR

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
RAGOUT DE PAVO CON ZANAHORIAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE
FRUTA
YOGUR

27

SOPA DE ESTRELLAS
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y JUDIA BROTE
FRUTA
YOGUR

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO, ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

29

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO
ESPAGUETIS AL AJILLO
TERNERA EN SALSA
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA
YOGUR

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA FRANCESA
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
LECHUGA
POSTRE VEGETAL DE SOJA
YOGUR

31



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
MERLUZA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
HUEVOS REVUELTOS
ENSALADA VERDE
FRUTA

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

BRÓCOLI REHOGADO
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

ESPIRALES AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
FRUTA

29

ESPAGUETIS AL AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA
FRUTA

□



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
FRUTA

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
FRUTA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
HUEVOS REVUELTOS
ENSALADA VERDE
FRUTA

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

BRÓCOLI REHOGADO
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

22

ESPIRALES AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
FRUTA

29

ESPAGUETIS AL AJILLO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA
FRUTA

31



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
YOGUR

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA CON LECHUGA,
CEBOLLA Y PEPINO
TERNERA EN SALSAS
FRUTA

14

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
ENSALADA VERDE
FRUTA

16

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
HUEVOS REVUELTOS
ENSALADA VERDE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSAS
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

BRÓCOLI REHOGADO
RABAS DE CALAMAR
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
FRUTA

23

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA A LA PLANCHA
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

ESPAGUETIS AL PESTO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

31



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CON VERDURAS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
TERNERA EN SALSA
FRUTA

14

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS
ABADEJO EN ADOBO
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
HUEVOS REVUELTOS
ENSALADA VERDE
YOGUR

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

BRÓCOLI REHOGADO
RABAS DE CALAMAR
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

PATATAS CON PIMIENTOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES AL AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

ESPAGUETIS AL PESTO
FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

31



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

8

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE
ALBAHACA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON
MANZANA
FRUTA

9

SOPA DE ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE NATURAL
YOGUR

10

ARROZ CANTONÉS
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

13

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

14

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUIANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
YOGUR

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
POLLO ASADO CON TOMILLO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

16

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y JUDIA BROTE
HELADO

17

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN
CABEZA DE LOMO EN SALSA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

20

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

21

LENTEJAS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON
ROMERO FRESCO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

22

ESPIRALES A LA CARBONARA
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

23

SOPA DE PICADILLO
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA
POCHADA
PATATAS DADO
FRUTA

24

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
RAGOUT DE PAVO CON ZANAHORIAS
FRUTA

27

SOPA DE ESTRELLAS
SAN JACOBO DE PAVO
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PEPINO Y
JUDIA BROTE
FRUTA

28

JORNADA "OÍDO COCINA"
CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE
JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO,
ZANAHORIA)
PECHUGA EMPANADA
PATATAS FRITAS
HELADO

29

ESPAGUETIS AL PESTO
TERNERA EN SALSA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

30

ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ INTEGRAL
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA
YOGUR

31

