

DIA	1º PLATO	2º PLATO	POSTRE
1	FESTIVO		
2	FESTIVO		
3	FESTIVO		
4	FESTIVO		
5	FESTIVO		
6	Espaguetis con salsa de calabaza y puerro	Tortilla de calabacín	Fruta
7	Judías pintas guisadas con verduras	Bolitas de arroz integral y zanahoria	Fruta
8	Brócoli rehogado con patatas cocidas	Filete ruso (ternera y cerdo) en salsa	Fruta
9	Crema de garbanzos con verduras	Contramuslos de pollo en pepitoria	Fruta
10	Arroz caldoso con verduras	Merluza al horno con salsa verde	Yogur
11	SÁBADO		
12	DOMINGO		
13	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de calabaza	Fruta
14	Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Cuscús	Fruta
15	Judías verdes rehogadas con patatas	Ragú de pollo en salsa	Fruta
16	Crema de legumbres	Pavo (contramuslo) en salsa	Fruta
17	Marmita de salmón	Arroz blanco con tomate	Yogur
18	SÁBADO		
19	DOMINGO		
20	Fideuá con verduras	Tortilla de patata	Fruta
21	Judías pintas guisadas con verduras	Bolitas de arroz integral y zanahoria	Fruta
22	Crema de coliflor y puerro	Contramuslos de pollo en salsa y guisantes	Fruta
23	Sopa de cocido (garbanzo ecológico)	Cocido completo	Fruta
24	Patatas guisadas con verduras	Sardinillas en aceite	Yogur
25	SÁBADO		
26	DOMINGO		
27	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de champiñones	Fruta
28	Guiso de garbanzos con verduras	Arroz blanco	Fruta
29	Patatas guisadas con bacalao	Brócoli rehogado y tomate natural	Fruta
30	Paella de verduras	Lomo de cerdo asado con salsa	Fruta

La comida se acompaña siempre con agua y pan (es integral los lunes y los viernes).