

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

2

1º Sopa de pescado  
2º Albóndigas mixtas  
G: Patatas al horno  
Fruta variada

4

1º Crema de espinacas  
2º Cinta de lomo adobada  
G: Pasta salteada  
Fruta variada o yogur  
Pan integral

5

1º Garbanzos estofados  
2º Revuelto de bacalao  
G: Zanahorias salteadas  
Fruta variada

8

### Día Vegetariano

1º Ensalada completa  
2º Canelones de espinacas  
G: Tomates asados  
Bizcocho o Fruta variada

9

1º Alubias guisadas  
2º Pechuga de pollo empanada  
G: Ensalada  
Fruta variada

### Menu ECO

1º Espaguetis ecológico con salsa de tomate  
2º Merluza a la portuguesa  
G: Salteado de verduras ecológicas  
Fruta ecológica  
Pan integral

12

1º Arroz 3 delicias  
2º Lomo asado en su jugo  
G: Puré de zanahoria  
Fruta variada

15

### Día Vegetariano

1º Lentejas con verduritas  
2º Huevos gratinados con bechamel  
G: Tomates a la provenzal  
Flan o fruta variada

16

1º Patatas a la riojana  
2º Pavo en su jugo  
G: Judías verdes salteadas  
Fruta variada

18

1º Macarrones con tomate  
2º Strogonof  
G: Zanahorias  
Fruta variada o yogur  
Pan integral

19

1º Ensalada Nicoise  
2º Fideua de pescado  
G: Puré de patata  
Fruta variada

22

### Día Vegetariano

1º Crema de calabacín  
2º Pasta con verduras  
G: Ensalada  
Arroz con leche o Fruta variada

23

1º Garbanzos estofados  
2º Huevos revueltos con bacalao y calabacín  
G: Tomates aliñados  
Fruta variada

25

### Menu ECO

1º Pasta ECO en salsa de tomate  
2º Delicias de bacalao  
G: Calabacín ecológico  
Fruta ecológica  
Pan integral

26

1º Ensalada mediterránea con atún  
2º Lomo de cerdo en salsa de mostaza  
G: Puré de boniato  
Yogur o fruta variada

29

### Día Vegetariano

1º Crema de calabaza  
2º Huevos revueltos con queso  
G: Verduras salteadas  
Fruta variada

30

### Jornada Francesa

1º Vichyssoise  
2º Petit salé aux lentilles  
G: Ensalada  
Bizcocho/ Fruta variada



Dietista-Nutricionista:  
Ana Chamosa Junquera  
N.º Colegiado: MAD000690