

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		FIESTA	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO GU CALABACÍN A LA PLANCHA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON CHORIZO 2P HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MACARRONES EN SALSA DE QUESOS (1, 3, 7) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P TORTILLA DE PAVO (3) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y patata) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6) PO YOGUR (7)	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P COSTILLA DE CERDO EN SALSA BARBACOA (1, 12) GU DADOS DE PATATAS SALTEADAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MAC & CHEESE (coditos gratinados con queso) (1, 3, 7) 2P BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 2, 3, 4, 14) GU PATATA PANADERA PO HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE
6	7	8	9	10
1P MACARRONES A LA BOLOÑESA (carne picada y salsa de tomate CASERA) (1, 1) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE QUESO (3, 7) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS NEGRAS Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA PO YOGUR (7)	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes) 2P POLLO EN ESCABECHE DE NARANJA (12) GU CHAMPIÑONES PORTOBELLO SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P FRICANDÓ DE TERNERA GU ZANAHORIA GLASEADA CON MANTEQUILLA DE HIERBAS (7) PO MANZANA AL HORNO
13	14	15	16	17
FIESTA	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) GU DADOS DE PATATAS SALTEADAS PO HELADO DE FRESA (7)	1P ARROZ CON VERDURAS Y CURRY HINDÚ DE COCO (8) 2P PAVO MARINADO AL HORNO (curry, mostaza, tomillo y perejil) (1, 6, 10, 12) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P DADOS DE LOMO ESTOFADOS (1, 9, 12) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) CON QUESO RALLADO (1, 3, 7) 2P REVUELTO DE HUEVO CON JAMÓN COCIDO (3, 6, 7) GU ENSALADA DE SOJA (6) PO FLAN (3, 7)
20	21	22	23	24
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE PIZZA (mozzarella, tacos de york, salsa de tomate y orégano) (3, 7) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9) 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS (cerdo y ternera) CON SALSA DE TOMATE (6, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y patata) 2P PAVO EN SALSA DE CHAMPIÑONES (12) GU PATATA PANADERA PO YOGUR (7)	1P GARBANZOS PATATAS Y ZANAHORIAS ALIÑADOS CON ACEITE DE OLIVA 2P POLLO AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN (1) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MACARRONES A LA CARBONARA (crema de leche y beicon) (1, 3, 6, 7) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE
27	28	29	30	31

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT002342)

