

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		6	7	8	9	10
BASAL	COMIDA			ARROZ CON TOMATE	LENTEJAS ESTOFADAS	MACARRONES CON CHORIZO
				MERLUZA CON SALSAS DE VERDURAS Y ENSALADA DE LECHUGA	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE TOMATE	RODAJA DE CAELLA AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE Y ENSALADA MIXTA
	REC. CENA			YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA
BASAL	COMIDA	PAELLA MIXTA	COCIDO COMPLETO	PATATAS CON BACALAO	LENTEJAS CON CHORIZO	MENESTRA DE VERDURAS
		TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA DE TOMATE		RAGOUT DE TERNERA CON VERDURITAS	VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON SALSAS DE PIMIENTOS Y ENSALADA MIXTA	SALCHICHAS DE AVE CON SALSAS DE TOMATE Y ENSALADA DE LECHUGA
	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR		YOGUR VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	YOGUR ARROZ, PESCADO, FRUTA FRESCA
BASAL	COMIDA	CREMA DE CALABAZA	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS	FIDEUA	GARBANZOS CON TOMATE	PATATAS CON CARNE
		POLLO GUISADO CON VERDURITAS	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE	MERLUZA EN SALSAS VERDE CON VERDURITAS	LOMO EN SALSAS DE CHAMPIÑONES CON ENSALADA MIXTA	PALOMETA AL HORNO EN SALSAS DE VERDURAS CON ENSALADA DE LECHUGA
	YOGUR ARROZ, PESCADO, FRUTA	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA	
BASAL	COMIDA	JUDIAS VERDES CON PATATAS	LENTEJAS ESTOFADAS	MACARRONES CON ATÚN	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS	PAELLA DE POLLO
		PECHUGAS DE POLLO EN SALSAS CON CHAMPIÑONES	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA MIXTA	LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA DE TOMATE	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE Y ENSALADA DE LECHUGA
	YOGUR ARROZ, PESCADO, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, HUEVO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA	
BASAL	COMIDA	NO LECTIVO	NO LECTIVO			
	REC. CENA					

LA FRUTA FRESCA SERVIDA DEPENDERÁ DE SU MADURACIÓN EN CADA MOMENTO: OFRECIÉNDOSE PERA, NARANJA, MANDARINA, PLÁTANO, O MANZANA.

Fdo: Laura de los Ríos Aceña

Dietista-Nutricionista

