

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1	2	3
BASAL	COMIDA			JUDIAS VERDES CON PATATAS	PAELLA DE POLLO	ENSALADA DE PASTA
				ALBONDIGAS A LA JARDINERA	VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE TOMATE Y ENSALADA DE LECHUGA	PECHUGAS DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIÑONES
	REC. CENA			FRUTA FRESCA SOPA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, HUEVO, YOGUR
		6	7	8	9	10
BASAL	COMIDA	CREMA DE VERDURAS	ENSALADA ALEMANA	LENTEJAS CON ARROZ	ESPIRALES BOLOÑESA	COCIDO COMPLETO
		HAMBURGUESA MIXTA CON ENSALADA MIXTA	SAN MARINO CON ENSALADA DE LECHUGA	TORTILLA ATUN CON ENSALADA DE TOMATE	VERDEL AL HORNO EN SALSA CON VERDURITAS	
	REC. CENA	FRUTA FRESCA ARROZ, HUEVO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	
		13	14	15	16	17
BASAL	COMIDA	ARROZ CON TOMATE	LENTEJAS CON CHORIZO	MACARRONES CON CHORIZO	ENSALADILLA RUSA	CREMA DE ZANAHORIAS
		MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS Y ENSALADA DE LECHUGA	FILETE DE SAJONIA CON PIMIENTOS	RODAJA DE CAELLA AL HORNO CON SALSA DE TOMATE Y ENSALADA MIXTA	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE	POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES
	REC. CENA	YOGUR VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	FRUTA FRESCA SOPA, PESCADO, YOGUR
		20	21	22		
BASAL	COMIDA	PAELLA MIXTA	LENTEJAS ESTOFADAS	FRITOS VARIADOS		
		TORTILLA DE CHORIZO CON ENSALADA DE TOMATE	VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE PIMIENTOS Y ENSALADA MIXTA	PIZZA		
	REC. CENA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	NATILLAS DE CHOCOLATE VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA		

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

