

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo y olivas) Arroz integral con magro y verduras Fruta de temporada ecológica	2 Crema de patata y puerro (sin queso) Chispas de merluza con ensalada (de lechuga, tomate y lombarda) (sin queso mozzarella rallado) Fruta de temporada ecológica	3 Macarrones integrales con tomate y calabacín Tortilla española con ensalada (de patata y cebolla; y ensalada de lechuga, tomate, lombarda y olivas) Fruta de temporada ecológica
6 Crema de calabacín (con patata y verduras) Salmón empanado con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda) Fruta de temporada ecológica	7 Arroz integral con coliflor y ajetes Tortilla de patata y calabacín con ensalada (de lechuga, tomate, lombarda y maíz) Fruta de temporada ecológica	8 ALUBIAS ECOLÓGICAS a la jardinera (con hortalizas) Albóndigas de pollo a la santanderina con zanahoria dado (al horno con salsa de hortalizas) Fruta de temporada ecológica	9 Espaguetis integrales italiana (con tomate y hortalizas, sin queso) Filete de abadejo en salsa verde con ensalada (al horno con ajo y perejil; y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria) (sin queso mozzarella rallado) Fruta de temporada ecológica	10 GARBANZOS ECOLÓGICOS con verduras Huevos cocidos salteados con hortalizas y ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y olivas) Fruta de temporada ecológica
13 Macarrones integrales salteados con hortalizas Tortilla española con ensalada (con patata y cebolla; y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz) Fruta de temporada ecológica	14 LENTEJAS ECOLÓGICAS con verduras Chispas de merluza con ensalada (de lechuga, tomate y lombarda) (sin queso mozzarella rallado) Fruta de temporada ecológica	15 Crema de verduras naturales (con patata, calabacín, zanahoria y puerro) Muslo de pollo en salsa con judías verdes (al horno con salsa de hortalizas) Fruta de temporada ecológica	16 Ensalada completa (con lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo y olivas) Arroz integral con pavo y verduras Fruta de temporada ecológica	17 Sopa minestrone (sopa de verduras, sin pasta) Filete de palometa a la gallega con ensalada (al horno con salsa de hortalizas; y ensalada de lechuga, tomate, lombarda y olivas) Fruta de temporada ecológica
20 Crema de zanahoria (con patata y verduras, sin queso) Hamburguesa de pollo con salsa de cebolla y ensalada (al horno; y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda) Fruta de temporada ecológica	21 ALUBIAS ECOLÓGICAS con verduras Tortilla de atún con ensalada (de lechuga, tomate, zanahoria y olivas) Fruta de temporada ecológica	22 Espaguetis integrales napolitana (con tomate y hortalizas, sin queso) Filete de abadejo a la vasca con guisantes (al horno con huevo y espárragos) Fruta de temporada ecológica	23 GARBANZOS ECOLÓGICOS a la jardinera (con hortalizas) Pizza vegetal con ensalada (con tomate, sin queso; y ensalada de lechuga, tomate, lombarda y maíz) Fruta de temporada ecológica	24 Arroz integral con coliflor y ajetes Huevos cocidos con pisto asado y ensalada (con tomate y hortalizas; y ensalada de lechuga, tomate y zanahoria) (sin queso mozzarella rallado) Fruta de temporada ecológica
27 Festivo	28 Festivo	Menú elaborado con arroz y pasta integral, primeros platos con verduras y sin productos lácteos. Sólo pan integral.		

