

MESES IMPARES

	1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA
LUNES	- Lentejas - Tortilla de patatas con guarnición (3) - Fruta	- Arroz con verduras y salsa de tomate - Filete de pavo a la plancha con guarnición. - Fruta	- Sopa de puchero (1, 6) - Filete de pollo con guarnición - Fruta	- Sopa de picadillo (1, 6) - Pescado con guarnición (5) - Fruta
MARTES	- Sopa de estrellas con pollo (1, 6) - Pescado con guarnición (5) - Fruta	- Potaje de garbanzos - Palitos de merluza con guarnición (1, 5) - Fruta	- Ensalada de pasta integral (1, 3, 5) - Calamares en salsa (1, 5) - Fruta	- Puré de calabacín - Albóndigas con tomate (1, 3) - Fruta
MIÉRCOLES	- Cazuela de arroz (5) - Pescado al horno con guarnición (5) - Fruta	- Puré de verduras - Pollo asado con guarnición - Fruta	- Paella - Pescado al horno con guarnición (5). - Fruta	- Cazuela de arroz (5) - Pescado con guarnición (5) - Fruta
JUEVES	- Ensalada mixta (3, 5) - Macarrones integrales boloñesa (1) - Yogur natural (2)	- Ensalada mixta (3, 5) - Espaguetis integrales con queso y carne (1) - Yogur natural (2)	- Lentejas - Tortilla francesa (3) - Yogur natural (2)	- Potaje de judías pintas - Filete de lomo con guarnición - Yogur natural (2)
VIERNES	- Judías blancas estofadas - Albóndigas (1, 3) - Fruta	- Cazuela de fideos (1, 5) - Pescado en salsa verde (5) - Fruta	- Gazpachuelo (2, 3, 5) - Hamburguesa - Fruta	- Ensalada mixta (3, 5) - Espaguetis carbonara (1,2) - Fruta

GLUTEN (1)
LACTOSA (2)
HUEVOS (3)
FRUTOS SECOS (4)

PESCADO (5)
APIO (6)
SULFITOS (7)