

MESES PARES

	1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA
LUNES	- Sopa de picadillo (3) - Pinchito de pollo con patata asada. - Fruta	- Ensalada mixta (3, 5) - Espaguetis integrales pamesana (1, 2) - Fruta	- Lentejas con verduras - Pescado al horno con guarnición (5) - Fruta	- Crema de calabacín - Filete de pollo con champiñones - Fruta
MARTES	- Arroz con tomate y verduras - Croquetas con ensalada mixta (1, 2, 5) - Fruta	- Paella - Pescado con ensalada (5) - Fruta	- Sopa de fideos con pollo (1, 6) - Tortilla francesa con verduras (3) - Fruta	- Guisadillo de patatas (4, 5) - Pescado con ensalada (5) - Fruta
MIÉRCOLES	- Ensalada de pasta integral (1, 3, 5) - Calamares con ensalada (1, 5) - Fruta	- Cocido andaluz (1, 6) - Tortilla francesa con guarnición (3) - Fruta	- Ensalada mixta (3, 5) - Pasta a la carbonara (1, 2) - Fruta	- Ensalada mixta (3, 5) - Macarrones boloñesa (1) - Fruta
JUEVES	- Lentejas campesinas - Huevos rellenos (2, 3, 5) - Yogur natural (2)	- Cazuela de fideos (1, 5) - Pescado al horno con guarnición (5) - Yogur natural (2)	- Cazuela de arroz (5) - Magro al ajillo con patatas al horno (7) - Yogur natural (2)	- Garbanzos con espinacas - Pescado con guarnición (5) - Yogur natural (2)
VIERNES	- Crema de puerros - Canelones (1, 2) - Fruta	- Crema de verduras - Estofado de pollo con patatas al horno. - Fruta	- Crema de zanahoria y calabaza - Hamburguesa con guarnición - Fruta	- Puchero con arroz (6) - Huevos revueltos con guisantes - Fruta

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

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