

LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 1
				Garbanzos al estilo casero 
				Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada 
				Fruta
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
		Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla  	Judías verdes al estilo casero 	Arroz blanco con tomate
		Salchichas de Frankfurt con ensalada de lechuga y zanahoria    	Muslo de pollo asado en su jugo con rodaja de tomate natural 	Rape a la plancha con ensalada    
		Fruta 	Yogur 	Fruta
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Crema de calabacín (*) 	Macarrones con tomate (*) 	Alubias blancas estofadas con cebolla,ajo,puerro y zanahoria 	Acelgas con patata 	Arroz con verduras (judía verde,calabacín y pimiento) 
Chuleta de pavo a la plancha    	Limanda al horno con lechuga    	Cinta de lomo de cerdo al horno con ensalada 	Filete de magro de cerdo a la plancha con rodaja de tomate natural    	Bacalao al horno con lechuga    
Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Lentejas guisadas con chorizo    	Judía verde con patata  	Arroz blanco con tomate	Sopa casera de ave con fideos (*) 	Garbanzos al estilo casero con zanahoria, cebolla y ajo 
Rape al horno con picada de ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria    	Muslo de pollo asado en su jugo con lechuga 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz    	Filete de lomo cocido con pimientos rojos asados    	Chuleta de pavo a la plancha con lechuga 
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Acelgas rehogadas con jamón 	Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacín) 	Arroz con pollo		
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada 	Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz    	Cinta de lomo de cerdo al horno		
Fruta	Fruta	Yogur 		
Los menús incluyen agua y pan o pan integral.		     		