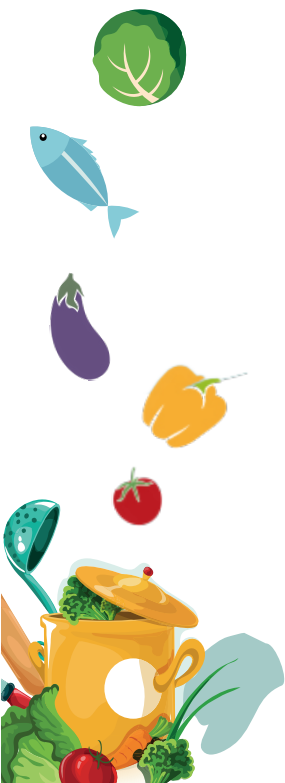




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			MACARRONES CON TOMATE HAMBURGUESA MIXTA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN INTEGRAL	25 LENTEJAS CON VERDURA MERLUZA AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN
JUDÍAS VERDES AL AJOARRIERO FILETE DE SAJONIA CON ENSALADA FRUTA PAN	29 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE POLLO GUIADO CON VERDURAS FRUTA PAN INTEGRAL	30 GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA PAN	1 CREMA DE CALABAZA PALOMETA EN SALSA DE TOMATE Y VERDURAS YOGURT PAN INTEGRAL	2 MACARRONES A LA CREMA ALUBIAS BLANCAS GUIADAS ENSALADA FRUTA PAN
CREMA DE ZANAHORIA HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS FRUTA PAN	6 PATATAS GRATINADAS POLLO A LA PLANCHA ENSALADA FRUTA PAN INTEGRAL	7 ENSALADA DE PASTA LENTEJAS CON VERDURAS ENSALADA FRUTA PAN	8 ARROZ CON TOMATE MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA YOGURT PAN INTEGRAL	9 JUDÍAS BLANCAS GUIADAS LOMO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA FRUTA PAN
MACARRONES A LA NAPOLITANA LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA PAN	13 GARBANZOS ESTOFADOS SAJONIA A LA PLANCHA CON CHAMPIÑONES FRUTA PAN INTEGRAL	14 CREMA DE VERDURAS POLLO ASADO ENSALADA FRUTA PAN	15 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA YOGURT PAN INTEGRAL	16 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE LENTEJAS CON LACÓN ENSALADA FRUTA PAN
CREMA DE CALABAZA HUEVOS REVUELTOS CON PAVO ENSALADA FRUTA PAN	20 GARBANZOS CON VERDURAS HAMBURGUESA EN SALSA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL	21 ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS FRUTA PAN	22 MACARRONES A LA CREMA ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS ENSALADA YOGURT PAN INTEGRAL	23 PATATAS GUIADAS POLLO AL CURRY ENSALADA FRUTA PAN
ARROZ CON VERDURAS LIMANDA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA PAN	27 CREMA DE VERDURAS POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA PAN INTEGRAL	28 MACARRONES CON TOMATE Y LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA PAN	29 GUISANTES REHOGADOS TORTILLA DE PATATA ENSALADA YOGURT PAN INTEGRAL	30 PIZZA CASERA LENTEJAS CON VERDURAS ENSALADA FRUTA PAN
				31



ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA SUGERENCIA PARA LA CENA

Arroz, pasta, patata o legumbre	→	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→	Arroz, pasta o patata
Carnes	→	Pescado o huevo
Pescados	→	Carne o huevo
Huevo	→	Pescado o carne
Fruta	→	Lácteo o fruta
Lácteo	→	Fruta