

LUNES

3

Crema de verduras
Tortilla de jamón york
Ensalada de lechuga
Pan y Fruta

10

Alubias pintas con arroz
Hamburguesa mixta al horno
Lechuga y tomate
Pan y Fruta

17

Patatas a la riojana
Caballa en escabeche
Ensalada de lechuga
Pan y Fruta

24

Crema de calabaza
Lomo a la plancha
Pan y Fruta

MARTES

4

Alubias blancas estofadas
Abadejo con salsa napolitana
Pan y Fruta

11

Judías verdes salteadas con
bacon
Contramuslo de pollo
Ensalada de lechuga
Pan y Fruta

18

Lentejas a la hortelana
Tortilla de patata y cebolla
Ensalada de lechuga
Pan y Fruta

25

Garbanzos estofados
Salmón horneado al eneldo
Ensalada de tomate
Pan y Fruta

MIÉRCOLES

5

Brócoli con patatas salteadas
Cinta de lomo
Ensalada de tomate
Pan y Yogur

12

Lentejas estofadas
Abadejo en salsa de puerros
Pan y Yogur

19

Crema de zanahoria
Cordón bleu de pavo
Ensalada de tomate
Pan y Yogur

26

Sopa de letras
Pollo asado
Lechuga y zanahoria
Pan y Yogur

JUEVES

6

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y Fruta

13

Macarrones con chorizo
Tortilla francesa
Pan y Fruta

20

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y Fruta

27

Alubias blancas estofadas
Tortilla de jamón
Ensalada de lechuga
Pan y Fruta

VIERNES

7

Arroz a banda
Merluza al horno con ajo y perejil
Lechuga y zanahoria
Pan y Fruta

14

Crema de verduras
Calamares a la romana
Ensalada de tomate
Pan y Fruta

21

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde
Pan y Fruta

28

Macarrones napolitana
Merluza al horno
Pan y Fruta