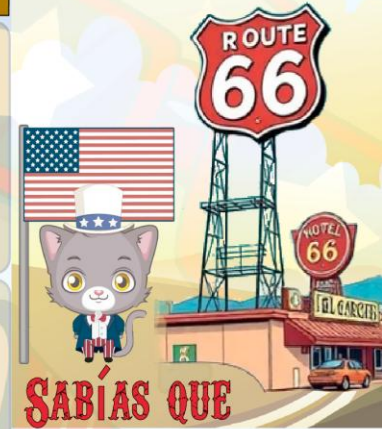


lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
				1 FESTIVO
Lechuga, zanahoria, maíz 4 Crema de remolacha con zanahoria Capricho de calamar Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha 5 Garbanzos de la huerta con hortalizas Muslo de pollo halal a la portuguesa al horno Fruta de temporada	6 Ensalada valenciana con queso con lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Arroz al horno con pollo halal y tomate natural Helado	Lechuga, maíz, pepino 7 Alubias con verduras especiadas con zanahoria, cebolla y calabacín Tortilla española con patata y cebolla Fruta de temporada	Hummus de garbanzos con tosta 8 ESPAGUETIS INTEGRALES con tomate con queso Salmón al horno con salsa de soja y limón Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, maíz 11 Dhal de lentejas ECO con curry y hortalizas Merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria 12 Crema de calabacín y cebolla con albahaca Pollo halal con ajetes Fruta de temporada	Snack caseros de lentejas 13 Macarrones integrales a la provenza con tomate y hortalizas Abadejo en salsa mery con guisantes al horno con ajo y perejil Fruta de temporada	Lechuga, lombarda, olivas 14 Cassoulet de garbanzos con zanahoria, cebolla y calabacín Muslo de pollo halal al ajillo con festival de maíz al horno Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino 15 Arroz con salsa de tomate Tortilla rellena de queso Fruta de temporada
18 Ensalada verde con queso lechuga, tomate, maíz, pepino, aceitunas ESPAGUETIS INTEGRALES con salmón y champiñones con queso Yogur	Lechuga, maíz, pepino 19 Brócoli salteado con patata, puerro y manzana Pollo halal a las hierbas provenzales al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, lombarda 20 Olleta alicantina con alubias, lentejas ECO, arroz y hortalizas Tortilla de cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas 21 Arroz con verduras de temporada con cebolla, zanahoria y alcachofa Rustidera de abadejo con cebolla, pimienta y patata al horno Fruta de temporada	Hummus de garbanzos con nachos 22 Vichysoisse con crostones integrales caseros crema de patata y puerro Muslo de pollo halal en salsa de manzana al horno Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, maíz 25 Lentejas ECO a la jardinera con cebolla, zanahoria, calabacín y pimienta Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada	Chips vegetales caseros 26 Gazpacho andaluz con crujiente de pan integral con tomate, pimienta y pepino Guiso de pollo halal con patata dado y verduras Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas 27 Arroz especiado con tomate Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas 28 Ensalada de garbanzos con cebolla, zanahoria, tomate y calabacín Hamburguesa de ave halal con base de cebolla caramelizada Fruta de temporada	Ensalada de col 29 Mac&cheese con macarrones integrales y salsa de queso Allitas de pollo halal a la barbacoa Helado



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES