



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CLICA para DESCUBRIR



Propuestas de cena

Los menores de seis años no comen frutos secos y el primer plato de ensalada se cambia por puré de verdura cuando sea necesario



- 1 Crema de zanahoria ECO
Pollo en salsa de cítricos con arroz y ensalada con lechuga, cebolla y tomate
Fruta de temporada / Pan int.
Ensalada / Pesc. azul y pan / Fruta o yogur

- 2 Ensalada completa con atún y huevo
Arroz requenense
Yogur / Pan
Verdura / Ave y boniato / Fruta o yogur



- 3 Alubias con verduras
Revuelto campesino
Ensalada con lechuga, col lombarda y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. blanco y patata / Fruta

- 6 Fideua
Tartaleta de jamón y queso
Ensalada con lechuga, escarola, maíz y piña
Yogur / Pan
Verdura / Huevo y judías verdes / Fruta

- 7 Lentejas con arroz
Lomo adobado
Ensalada con lechuga, rabanitos y tomate
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. azul y boniato / Fruta



- 8 Patatas con berenjena a la parmesana
Bacalao en salsa de pimientos
Ensalada con lechuga, apio y zanahoria
Macedonia de frutas / Pan int.
Ensalada / Carne roja y habas / Fruta

- 9 Sopa de pescado
Pollo en salsa de manzana
Ensalada con lechuga, col y tomate
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Huevo y quinoa / Fruta

- 10 Olleta de legumbres
Tortilla de atún y ensalada con lechuga, maíz y zanahoria
Fruta ECO / Pan
Verdura / Ave y arroz / Fruta

- 13 Patatas marineras
Longanizas con habas
Ensalada con lechuga, col lombarda y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Huevo y maíz / Fruta o yogur

- 14 Macarrones integrales carbonara
Tortilla de espinacas
Ensalada con lechuga, rabanitos y pera
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. blanco y guisantes / Fruta

- 15 Lentejas con chorizo
Varitas de merluza ensalada con lechuga, escarola, tomate y aceitunas
Fruta de temporada / Pan int.
Verdura / Ave y boniato / Fruta

- 16 Ensalada mezclum con huevo
Paella valenciana
Yogur / Pan
Verdura / Pesc. azul y pasta / Fruta



- 17 Crema de legumbres con puerro y calabaza ECO
Pizza con atún y ensalada con lechuga, canónigos y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Huevo y arroz / Fruta o yogur

- 20 Guisado de pollo
Huevos en salsa de jamón y guisantes con ensalada con lechuga, alubias y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Pesc. azul y pan / Fruta

- 21 Espaguetis con boloñesa de soja
Gallo en salsa marinera
Ensalada con naranja
Yogur / Pan
Verdura / Ave y patata / Fruta

- 22 Arroz milanesa
Dip de garbanzos con nachos
Ensalada griega
Fruta de temporada / Pan int.
Verdura / Huevo y pasta / Fruta



- 23 Sopa de cocido
Cocido completo
Ensalada con lechuga y tomate
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Pesc. blanco y arroz / Fruta

- 24 Lentejas con boniato ECO
Croquetas de bacalao
Ensalada con lechuga, col lombarda y zanahoria
Fruta de temporada / Pan
Verdura / Carne roja y maíz / Fruta

- 27 Ensalada con queso fresco
Arroz al horno
Yogur / Pan
Verdura / Huevo y judías verdes / Fruta



- 28 Potaje de garbanzos con hortalizas ECO
San jacobó
Ensalada con manzana
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Pesc. azul y boniato / Fruta

- 29 Guiso de hortalizas
Tortilla con queso
Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria
Fruta de temporada / Pan int.
Verdura / Carne roja y quinoa / Fruta

- 30 Pasta lavanda a la italiana
Fiesta en el corral
Frutos de la zarza / Pan
Ensalada / Pesc. blanco y patata / Fruta



- 31 Crema de guisantes con picatostes
Merluza a la vasca
Patata horno y ensalada
Fruta de temporada / Pan
Ensalada / Huevo y arroz / Fruta o yogur