

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, zanahoria, maíz, olivas 2

Coditos con verduras al curry

con tomate y queso gratinado

Delicias de calamar

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas 3

Estofado de LENTEJAS ECO

con cebolla, calabacín y pimienta

Pizza de atún

con tomate y queso
Fruta de temporada

Lechuga, tomate, maíz, pepino 4

Sopa de ave con fideos

con garbanzos, patata y hortalizas
Fruta de temporada

Lechuga, remolacha, zanahoria, maíz 5

Cassoulet de alubias

con patata, cebolla, zanahoria y calabacín

Muslo de pollo en salsa pepitoria

con salsa al horno
Fruta de temporada

6

FESTIVO

Lechuga, remolacha, maíz, olivas 9

Lentejas juliana con arroz

con cebolla, zanahoria, calabacín y pimienta

Tortilla de patata y calabacín

Fruta de temporada

Lechuga, lombarda, maíz 10

Espirales salteados con hortalizas

con tomate y queso gratinado

Filete de merluza en salsa verde con guisantes

al horno con ajo y perejil
Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 11

Crema de verduras campestres con crujiente de pan casero

con patata, cebolla, calabaza y calabacín

Hamburguesa de ave en salsa

con verduras
Fruta de temporada

12

Ensalada mediterránea con queso

lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas

Arroz con pollo

Yogur

Lechuga, zanahoria, olivas 13

Estofado viudo de garbanzos

con patata, calabacín, cebolla y zanahoria

Bacalao rebozado

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 16

Crema de calabaza

Solomillo de pollo empanado

Fruta de temporada

Zanahoria, maíz, olivas 17

Arroz con tomate

Longanizas de ave rustidas al horno

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, remolacha, maíz 18

MACARRONES ECO toscana

con tomate, zanahoria y cebolla

Rustidera de merluza

al horno con patata, cebolla y pimienta roja
Fruta de temporada

Lechuga, lombarda, zanahoria, maíz 19

Olleta alicantina

con alubias, lentejas, arroz y hortalizas

Tortilla de patata

Fruta de temporada

Hummus de garbanzos con nachos 20

Sopa de ave con fideos

Tacos mariachis

con pollo, mix de pimientos y especias
Nestlé Gold Mousse Vainilla



Sabías que...

Consejos saludables