



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Lechuga, remolacha, maíz <b>Arroz con hortalizas</b> <b>Lomo rustido al horno</b> con cebolla Fruta de temporada	Lechuga, maíz, olivas <b>Lentejas ECO campesinas</b> con patata, cebolla, zanahoria y calabacín <b>Tortilla francesa</b> Fruta de temporada	Lechuga, tomate, zanahoria <b>Sopa de ave con letras</b> con huevo <b>Pechuga de pollo a la plancha</b> Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda <b>Crema bretona</b> con alubias blancas y hortalizas <b>Muslo de pollo al horno</b> Fruta de temporada	Hummus <b>Macarrones con salteado de calabaza</b> <b>Merluza al horno</b> Fruta de temporada
8 <b>Arroz de invierno con setas</b> <b>Merluza al vapor</b> Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas <b>Arroz de invierno con setas</b> <b>Merluza al vapor</b> Fruta de temporada	Chips caseros de vegetarianos frescos <b>Guiso de garbanzos</b> con hortalizas <b>Tortilla francesa</b> Fruta de temporada	11 <b>Ensalada mediterránea con queso</b> lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas <b>Fideuá de pescado</b> Yogur desnatado	Lechuga, maíz, pepino <b>Crema de boniato</b> <b>Muslo de pollo al horno</b> Fruta de temporada
Lechuga, remolacha, pepino <b>Macarrones ECO napolitana</b> con hortalizas, sin salsa de tomate <b>Filete de merluza al horno</b> Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas <b>Crema de calabaza y coco</b> <b>Lomo al horno</b> Fruta de temporada	Lechuga, tomate, maíz, olivas <b>Sopa de ave con estrellitas</b> con huevo <b>Pechuga de pollo a la plancha</b> Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda <b>Arroz con coliflor y ajetes</b> <b>Revuelto campero</b> con patata, champiñones y pimiento Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino <b>Alubias con verduras</b> <b>Alitas de pollo rustidas</b> al horno Fruta de temporada
22 <b>Hummus casero de aguacate con pan</b> <b>Lomo con ensalada completa</b> Postre permitido*				

LOS DULCES NATURALES  
ALEGRÍA



SABÍAS QUE:

CONSEJOS SALUDABLES

\*El postre del día 22 se servirá en función de la alergia, intolerancia o condición alimentaria