



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

*El postre del día 30 se servirá en función de la alergia, intolerancia o condición alimentaria

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		Lechuga, lombarda, maíz 1 Macarrones "sin gluten" italiana con tomate y queso Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 FESTIVO	7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 FESTIVO	10 FESTIVO
13 FESTIVO	14 FESTIVO	15 FESTIVO	16 FESTIVO	17 FESTIVO
Lechuga, zanahoria, maíz 20 Arroz con salsa de tomate Longanizas de ave en salsa lionesa Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas 21 Garbanzos Satay con calabaza, leche de coco y cilantro Lomo con patatas y queso al horno Fruta de temporada	Hummus con pan 22 Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Filete de abadejo a la vasca al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada	23 Ensalada completa con queso lechuga, tomate, remolacha, maíz y olivas Guiso de patata y magro con hortalizas	Lechuga, maíz, olivas 24 Olleta alicantina con alubias, lentejas, arroz y hortalizas Filete de merluza a la naranja Fruta de temporada
Lechuga, tomate, lombarda 27 Estofado de LENTEJAS ECO campesinas con zanahoria, calabacín y cebolla Lomo con rodajas de calabacín Fruta de temporada	lechuga, zanahoria, maíz 28 Crema de zanahoria, manzana y jengibre Muslo de pollo al pimentón Fruta de temporada	Lechuga, pepino, olivas 29 Arroz con alcachofa de temporada Filete de abadejo rebozado casero con harina de maíz Fruta de temporada	Tzaziki con pan 30 Ensalada griega Macarrones "sin gluten" con berenjena y carne picada de cerdo con queso Postre permitido	

