

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Lechuga, zanahoria, maíz 1</p> <p>Crema de zanahoria y manzana</p> <p>Lomo asado al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, pepino 2</p> <p>Macarrones integrales con hortalizas</p> <p>Abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas 3</p> <p>Alubias a la jardinera con cebolla, zanahoria, calabacín y pimiento</p> <p>Tortilla francesa Yogur edulcorado</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 4</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de merluza al vapor Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha 5</p> <p>LENTEJAS ECO campesinas con zanahoria, cebolla, calabacín y pimiento</p> <p>Muslo de pollo al horno Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, lombarda, maíz 8</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Lomo al horno con tomate natural Fruta de temporada</p>	<p>Ensalada mixta lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas</p> <p>Arroz del senyoret con pescado y marisco Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino 10</p> <p>Garbanzos con verduras con cebolla, zanahoria y calabacín</p> <p>Tortilla francesa Yogur edulcorado</p>	<p>Ensalada de pasta con macarrones integrales con tomate, atún, cebolla, maíz y aceitunas</p> <p>Salmón en su jugo Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 12</p> <p>Alubias a la hortelana con cebolla, zanahoria y calabacín</p> <p>Alitas de pollo rustidas con maíz salteado al horno Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, lombarda 15</p> <p>Guisado de LENTEJAS ECO juliana con cebolla, calabacín y pimiento</p> <p>Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>Humus de garbanzos 16</p> <p>Tumbet mallorquín con tomate natural y hortalizas (sin patata)</p> <p>Muslo de pollo rustido Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas 17</p> <p>Arroz de la huerta con cebolla, zanahoria, pimiento y tomate</p> <p>Filete de abadejo con aliño de ajo y perejil al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 18</p> <p>Garbanzos camperos con cebolla, zanahoria, calabacín y pimiento</p> <p>Tortilla francesa Fruta de temporada</p>	<p>Ensalada de verano lechuga, tomate, maíz, pepino, aceitunas</p> <p>Espaguetis integrales salteados con pollo y verduras Yogur edulcorado</p>



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

