

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Lechuga, zanahoria, maíz <b>1</b></p> <p><b>Crema de verduras</b></p> <p><b>Albóndigas a la santanderina</b> con carne de cerdo y verduras al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, pepino <b>2</b></p> <p><b>Macarrones integrales a la italiana</b> con tomate y queso</p> <p><b>Rustidera de abadejo</b> con cebolla, pimiento y patata al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas <b>3</b></p> <p><b>Alubias a la jardinera</b> con cebolla, zanahoria, calabacín y pimiento</p> <p><b>Tortilla francesa con queso</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas <b>4</b></p> <p><b>Arroz con verduras</b></p> <p><b>Filete de merluza a la vizcaína</b> con pimiento, ajo y pimentón Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha <b>5</b></p> <p><b>LENTEJAS ECO campesinas</b> con zanahoria, cebolla, calabacín y pimiento</p> <p><b>Muslo de pollo en pepitoria</b> al horno con verduras Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, lombarda, maíz <b>8</b></p> <p><b>Crema de brócoli</b></p> <p><b>Magro con tomate</b> al horno Fruta de temporada</p>	<p><b>Ensalada mixta con queso</b> lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas</p> <p><b>Arroz del senyoret</b> con pescado y marisco Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino <b>10</b></p> <p><b>Garbanzos con verduras</b> con cebolla, zanahoria y calabacín</p> <p><b>Tortilla de patata y cebolla caramelizada</b> Fruta de temporada</p>	<p><b>Ensalada de pasta con macarrones integrales</b> con tomate, atún, cebolla, maíz y aceitunas</p> <p><b>Salmón al horno con salsa de soja y limón</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz <b>12</b></p> <p><b>Alubias a la hortelana</b> con cebolla, zanahoria y calabacín</p> <p><b>Alitas de pollo rustidas con maíz salteado</b> al horno Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, lombarda <b>15</b></p> <p><b>Guisado de LENTEJAS ECO juliana</b> con cebolla, calabacín y pimiento</p> <p><b>Bacalao rebozado</b> Fruta de temporada</p>	<p>Hummus de garbanzos con nachos <b>16</b></p> <p><b>Tumbet mallorquín</b> patatas al horno con tomate y hortalizas</p> <p><b>Muslo de pollo al estilo chimichurri</b> al horno con verduras Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas <b>17</b></p> <p><b>Arroz de la huerta</b> con cebolla, zanahoria, pimiento y tomate</p> <p><b>Filete de abadejo con aliño de ajo y perejil</b> al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas <b>18</b></p> <p><b>Garbanzos camperos</b> con cebolla, zanahoria, calabacín y pimiento</p> <p><b>Tortilla de patata</b> Fruta de temporada</p>	<p><b>Ensalada de verano con queso</b> lechuga, tomate, maíz, pepino, aceitunas</p> <p><b>Espaguetis integrales con salsa boloñesa y queso gratinado</b> con carne picada de cerdo y tomate Fruta de temporada</p>



SABÍAS QUE

CONSEJOS SALUDABLES

