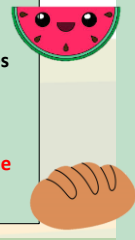


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
	TORNEM AL COLE 	Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Panini de tonyina Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

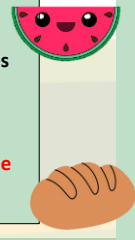
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Croquetes de pernil Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Fajitas de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Milfulles de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) casolà Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Panini de tonyina Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. *En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. *Se serviran totes les fruites molt ben pelades i rentades. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
	TORNEM AL COLE 	Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Panini de tonyina Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lergògens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Panini de tonyina Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Pasta sense gluten amb salsa de tomaca Pa torrat sense gluten amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa sense gluten	Crema de verdures de temporada Cinta de llorell a la planxa Carlota saltada Fruita de temporada i pa sense gluten	Arròs al forn Pa torrat sense gluten amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa sense gluten
14	15	16	17	18
0 Panini sense gluten amb bolonyesa vegetal Amanida d'encisam i carlota Fruita de temporada i pa sense gluten	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa sense gluten	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo al forn Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa sense gluten	Guisat de creïlla i verdura Llorell amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa sense gluten	Crema de verdures de temporada Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa sense gluten
21	22	23	24	25
Arròs amb verdures Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa sense gluten	Guisat de creïlla i verdura Panini sense gluten amb bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa sense gluten	Crema de verdures de temporada Pollastre al forn Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa sense gluten	Pasta sense gluten amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa sense gluten	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa sense gluten
28	29	30	01	02
Sopa d'au amb pasta sense gluten Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa sense gluten	Crema de verdures de temporada Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa sense gluten	Guisat de creïlla i verdura Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa sense gluten	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. *En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Croquetes de pernil Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Fajitas de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Milfulles de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) casolà Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Pasta sense ou amb salsa de tomaca Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cinta de llomello a la planxa Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Pasta sense ou a la carbonara Panini amb bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Cinta de llomello a la planxa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Abadejo en tempura casolana Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Pollastre al forn Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Panini amb bolonyesa vegetal Amanida d'encisam i carlota Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre al forn Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Pasta sense ou amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Lluç al forn amb salsa mery (all i julivert) Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Cinta de llomello a la planxa Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
0 Cinta de llomello a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Cinta de llomello a la planxa amb formatge Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
	TORNEM AL COLE 	Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Pa torrat amb pernil serrà Carabasseta saltada Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Carlota saltada Fruita de temporada i pa	Arròs al forn Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
14	15	16	17	18
Macarrons integrals a la carbonara (amb bacó i nata) Fajitas de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa	Potatge de cigrons a la mediterrània (amb verdures) Truita francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques estofades amb verdures de temporada Llomello amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau al forn Fruita de temporada i pa
21	22	23	24	25
Llentilles ecològiques amb xoriç Truita de creïlla Encisam i tomaca Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Milfulles de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) casolà Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Pollastre arrebossat cassolà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals amb salsa de tomaca gratinats amb formatge Cinta de llomello a la planxa Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa
28	29	30	01	02
Sopa de putxero amb fideus integrals Hamburguesa d'au a la planxa Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Cuixeta de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Truita francesa amb formatge Encisam i tomaca Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. 	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate) Tosta de pan con jamón serrano Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata) Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
21	22	23	24	25
Lentejas ecológicas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Panini de atún Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo empanado casero Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
28	29	30	01	02
Sopa de cocido con fideos integrales Hamburguesa de ave a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. * En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.	



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	01	02

Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata)

Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado

Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente

Fruta de temporada y pan

Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras)

Tortilla francesa

Maíz salteado

Fruta de temporada y pan

Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate)

Tosta de pan con jamón serrano

Calabacín salteado

Fruta de temporada y pan

Crema de verduras de temporada con tostones caseros

Longanizas al horno

Zanahoria salteada

Fruta de temporada y pan

Arroz al horno

Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado

Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos

Fruta de temporada y pan

Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata)

Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado

Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente

Fruta de temporada y pan

Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras)

Tortilla francesa

Maíz salteado

Fruta de temporada y pan

Arroz con salsa de tomate a la provenzal

Abadejo en tempura casera

Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca

Fruta de temporada y pan

Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada

Cinta de lomo con pisto

Ensalada de lechuga, maíz y remolacha

Fruta de temporada y pan

Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros

Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno

Patatas dado al horno

Fruta de temporada y pan

Lentejas ecológicas con chorizo

Tortilla de patata

Ensalada de lechuga, tomate y atún

Fruta de temporada y pan

Guiso de patata y verdura

Panini de atún

Ensalada lechuga, zanahoria y huevo

Fruta de temporada y pan

Crema de verduras de temporada con tostones caseros

Pollo empanado casero

Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha

Fruta de temporada y pan

Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso

Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil)

Brócoli salteado

Fruta de temporada y pan

Paella valenciana

Revuelto de huevo

Champiñones salteados

Fruta de temporada y pan

Sopa de cocido con fideos integrales

Hamburguesa de ave a la plancha

Patatas fritas

Fruta de temporada y pan

Crema de verduras de temporada con tostones caseros

Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín

Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha

Fruta de temporada y pan

Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras

Tortilla francesa con loncha de queso

Ensalada de lechuga, tomate y atún

Fruta de temporada y pan

* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.

* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral.

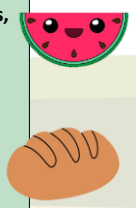
* Se servirán todas las frutas muy bien peladas y lavadas.

* En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate) Tosta de pan con jamón serrano Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata) Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
21	22	23	24	25
Lentejas ecológicas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Panini de atún Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo empanado casero Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
28	29	30	01	02
Sopa de cocido con fideos integrales Hamburguesa de ave a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. *En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.	



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Pasta sin gluten con tomate Tosta de pan sin gluten con jamón serrano Calabacín salteado Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras de temporada Cinta de lomo a la plancha Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz al horno Tosta de pan sin gluten con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan sin gluten
14	15	16	17	18
Pasta sin gluten a la carbonara Panini sin gluten con boloñesa vegetal Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan sin gluten	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan sin gluten	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo al horno Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan sin gluten	Guiso de patata y verdura Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras de temporada Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan sin gluten
21	22	23	24	25
Arroz con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan sin gluten	Guiso de patata y verdura Panini sin gluten con boloñesa vegetal Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras de temporada Pollo al horno Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten	Pasta sin gluten con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan sin gluten	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan sin gluten
28	29	30	01	02
Sopa de ave con pasta sin gluten Hamburguesa de ave a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras de temporada Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan sin gluten	Guiso de patata y verdura Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan sin gluten	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. *En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios. 	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Pasta sin huevo con salsa de tomate Tosta de pan con jamón serrano Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Cinta de lomo a la plancha Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
14	15	16	17	18
Pasta sin huevo a la carbonara Panini con boloñesa vegetal Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Cinta de lomo a la plancha Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
21	22	23	24	25
Lentejas ecológicas con chorizo Pollo al horno Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Panini con boloñesa vegetal Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo al horno Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Pasta sin huevo con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Cinta de lomo a la plancha Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
28	29	30	01	02
Sopa de ave con pasta sin huevo Cinta de lomo a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Cinta de lomo a la plancha con queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. *En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios. 	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	01	02

		Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate) Croquetas de jamón Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata) Fajitas con boloñesa vegetal (con soja texturizada) Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
Lentejas ecológicas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Milhojas de boloñesa vegetal (con soja texturizada) casero Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo empanado casero Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
Sopa de cocido con fideos integrales Hamburguesa de ave a la plancha Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. * En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.	



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate) Croquetas de jamón Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata) Fajitas con boloñesa vegetal (con soja texturizada) Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
21	22	23	24	25
Lentejas ecológicas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Milhojas de boloñesa vegetal (con soja texturizada) casero Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo empanado casero Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
28	29	30	01	02
Sopa de cocido con fideos integrales Hamburguesa de ave a la plancha Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. * En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.	

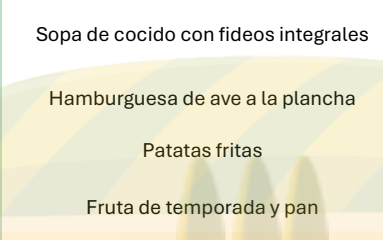


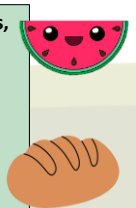
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
		Macarrones integrales a la napolitana (con salsa de tomate) Tosta de pan con jamón serrano Calabacín salteado Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan	Arroz al horno Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la carbonara (con bacon y nata) Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan	Potaje de garbanzos a la mediterránea (con verduras) Tortilla francesa Maíz salteado Fruta de temporada y pan	Arroz con salsa de tomate a la provenzal Abadejo en tempura casera Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan	Lentejas ecológicas estofadas con verduras de temporada Cinta de lomo con pisto Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan	Crema de verduras y hortalizas con tostones caseros Jamoncito de pollo marinado al limón y romero al horno Patatas dado al horno Fruta de temporada y pan
21	22	23	24	25
Lentejas ecológicas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	Guiso de patata y verdura Panini de atún Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Pollo empanado casero Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Macarrones integrales con salsa de tomate gratinados con queso Merluza al horno con salsa mery (ajo y perejil) Brócoli salteado Fruta de temporada y pan	Paella valenciana Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan
28	29	30	01	02
Sopa de cocido con fideos integrales Hamburguesa de ave a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada y pan	Crema de verduras de temporada con tostones caseros Jamoncitos de pollo en salsa de calabacín Ensalada de lechuga, aceitunas y remolacha Fruta de temporada y pan	Lentejas eco guisadas al estilo tradicional con verduras Tortilla francesa con loncha de queso Ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta de temporada y pan	* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera, sandía y melón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 veces de pan integral. *En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.	



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
07	08	09	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	01	02







la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Huevo



Verdura



Huevo



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo