

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
1	2	3	4	5
Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 8 Macarrones "sin gluten" pomodoro con tomate, zanahoria, cebolla, oregano y queso Hamburguesa mixta con samfaina de ave y cerdo al horno con salsa de tomate y hortalizas Fruta en conserva	Hummus con pan "sin gluten" 9 Paella campesina con verduras Filete de merluza al limón con maíz salteado al horno Fruta	Lechuga, pepino, zanahoria 10 Verduras salteadas con arroz Tortilla de patata Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda 11 Crema de patata y puerro Muslo de pollo a la cazadora al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, remolacha, pepino 12 Garbanzos camperos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimentón Filete de merluza rebozado casero con harina de maíz Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 15 Sopa de ave con fideos "sin gluten" Lomo al horno en salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, remolacha, maíz 16 Olleta de alubias estofadas con zanahoria, calabacín y pimiento Tortilla de patata y cebolla Fruta	Lechuga, zanahoria, maíz, olivas 17 Espaguetis "sin gluten" salteados con hortalizas con tomate, puerro, calabacín y zanahoria Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 18 Crema de legumbres con verduras Pizza "sin gluten" con jamón serrano con salsa de tomate y queso Fruta	Lechuga, zanahoria, maíz 19 Arroz del senyoret con pescado y marisco Jamón serrano y queso Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 22 Crema de verduras campesines con patata, puerro, zanahoria y calabacín Longanizas en salsa de cebolla carne de cerdo al horno Fruta	Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda 23 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la vizcaína con guisantes al horno con salsa de hortalizas Fruta	Lechuga, remolacha, pepino, maíz con vinagreta de fresa 24 Potaje de garbanzos con patata, calabacín, cebolla y zanahoria Revuelto de calabacín y queso Fruta	Hummus con pan "sin gluten" 25 Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Guiso de pavo con hierbas aromáticas y miel Postre especial	Lechuga, zanahoria, maíz 26 Cassoulet de alubias con hortalizas Filete de abadejo rebozado casero con harina de maíz Fruta
Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 29 Guiso de patatas con hortalizas Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta	Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 30 Arroz con coliflor y ajetes Tortilla francesa Fruta	Lechuga, remolacha, maíz 31 Macarrones "sin gluten" salteados con pollo con salsa de tomate y queso Jamón serrano y queso Fruta		

Actividades did@ctiX

Las abejas en el mundo

"Cómo convivimos"

30 enero
Día de la Paz

Sabías que...

Consejos saludables

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta en tu centro.