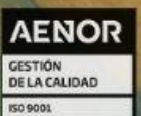


Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1	2
			VACACIONES	
5	6	7	8	9
VACACIONES		Macarrones a la napolitana (1,3,6,7,10) Hamburguesa de coliflor y queso al horno (1,3,7,11) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Crema de zanahoria Merluza al limón con guisantes (4) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Garbanzos con verduras Tortilla de patata (3) Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
12	13	14	15	16
Arroz meloso de pollo y verduras Salmón horneado al eneldo (4) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Lentejas ECO a la castellana (1) Tortilla de queso (3,7) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Sopa maravilla (1,3,6,10) Tacos de magro con tomate Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Pasta integral al queso (1,3,6,7,10) Merluza a la andaluza (4) Verduras al horno Fruta de temporada Pan (1) integral	Crema de verduras y legumbres (1) Fajitas de pollo y verduras (1,6,10) Ensalada variada Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
19	20	21	22	23
Fideuà (1,2,3,4,6,10,13) Tortilla de atún (3,4) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Guisado de patata con magro y verduras Merluza (4) al horno en salsa de tomate Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Crema de brócoli Albóndigas a la jardinera (6,12) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Salteado oriental de arroz y verduras (1,6) Pescado fresco de lonja (1,2,4,6,10,13) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Alubias con calabaza Tiras de pollo a la mostaza (10) Champiñones al horno Yogur (7) / Fruta de temporada Pan (1)
26	27	28	29	DÍA DE LA PAZ 30
Hervido valenciano Ragout de pavo con verduras y guisantes (6) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Arroz milanesa Revuelto de calabacín (3) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1) integral	Potaje de garbanzos con espinacas Bacalao al horno en salsa Mery (2,4,13) Ensalada variada Fruta de temporada Pan (1)	Crema de verduras de temporada Pollo al horno Verduras asadas Fruta de temporada Pan integral (1)	Lazos de esperanza (Lacitos con carbonara de espinacas (1,3,6,7,10)) Cartas de amistad (Merluza empanada (1,4)) Ensalada variada Yogur con fideos de chocolate (5,6,7,8) Pan (1)





Los cocineros de la paz

Una noche de enero, los seres mágicos del invierno descubrieron que podían cocinar la paz: solo necesitaban espinacas del amanecer, hilos de luna y muchas ganas de compartir. Así nacieron los lazos de esperanza, la receta mágica que alimenta el alma.

RECOMENDADOR DE CENAS

Comida

- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Verduras
- Verduras
- Verduras
- Verduras
- Legumbres
- Legumbres

- Proteína vegetal
- Pescado
- Huevos
- Carne
- Pescado
- Huevos
- Carne
- Carne
- Pescado

Cena

- Verduras
- Verduras
- Verduras
- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Pasta/ Arroz
- Verduras
- Verduras

Postre

- Lácteos
- Fruta

- Fruta
- Lácteos

Consulta toda la información nutricional y alérgenos de nuestra carta en el código QR:

