

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	Lechuga, maíz, pepino 1 Espirales gratinados al pesto de albahaca con salsa de tomate Boquerón en tempura casera Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 2 Rancho canario con garbanzos y fideos Huevos rotos con patata Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 3 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza con picadillo de ajo y perejil al horno Fruta de temporada	Lechuga, tomate, maíz, olivas 4 Alubias campesinas con cebolla, zanahoria, calabacín y pimiento Hamburguesa de coliflor y queso al horno Fruta de temporada
Crudités de verdura fresca 7 Sopa de picadillo con fideos de ave y cerdo con huevo Lomo sajonia en salsa con dados de zanahoria Fruta de temporada	8 Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas Paella Valenciana con pollo, judía verde y garrofón Naranja	9	Lechuga, tomate, maíz, olivas 10 Crema de guisantes y manzana Solomillo de pollo empanado con salsa tártara casera Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino 11 Macarrones ECO estilo italiana con tomate y queso Filete de merluza marinada con limón y hierbas provenzales al horno Fruta de temporada
Chips de boniato 14 Guiso de lentejas juliana Bon hortalizas Tortilla de calabacín y cebolla Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 15 Arroz tres delicias con hortalizas, guisantes y fiambre de york Bacalao rebozado Fruta de temporada	Lechuga, tomate, maíz, olivas 16 Garbanzos estofados con hortalizas Pizza prosciutto con fiambre de york, tomate y queso Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 17 Coditos con tomate al toque de curry Muslo de pollo al estilo chimichurri al horno con mix de especias Batido casero	Lechuga, pepino, zanahoria 18 Vichysoise tradicional crema de patata y puerro Cazuela de magro guisado a la riojana con salsa de tomate Fruta de temporada
Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 21 Sopa cubierta con letras de ave y cerdo con huevo Alitas de pollo rustidas con guarnición de arroz especiado Fruta de temporada	Hummus con nachos 22 Arroz de montaña con magro y costillas Orly de merluza Fruta de temporada	Lechuga, tomate, maíz, olivas 23 Crema bretona Bon alubias blancas y hortalizas Longanizas rustidas en salsa lionesa al horno Fruta de temporada	Lechuga, pepino, zanahoria 24 Macarrones ECO a la provenza con verduras y hierbas aromáticas Salmón a la naranja al horno Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 25 Cassoulet de garbanzos Revuelto del chef huevo con patata y fiambre cocido Fruta de temporada
kikos de garbanzos caseros 28 Crema de verduras campestres con patata, puerro, zanahoria y calabacín Lomo en salsa con cous cous al estilo marroquí lomo al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria, olivas 29 Lentejas ECO de la huerta con calabacín, pimienta roja y zanahoria Tortilla de queso Fruta de temporada	Lechuga, maíz, pepino 30 Sopa de cocido con fideos de ave y cerdo con huevo Albóndigas de merluza guisadas con patata dado Fruta de temporada	31 Ensalada mixta Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas Espaguetis con salsa boloñesa con carne picada de cerdo, tomate y queso Yogur	



- 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.