

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2	3	4
BASAL	COMIDA		LENTEJAS CON CHORIZO	MACARRONES CON CHORIZO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA	CREMA DE ZANAHORIAS
			FILETE DE SAJONIA CON PIMIENTOS	RODAJA DE CAELLA AL HORNO CON SALSA DE TOMATE Y ENSALADA MIXTA	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE	POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES
	REC. CENA		FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	FRUTA FRESCA SOPA, PESCADO, YOGUR
		7	8	9	10	11
BASAL	COMIDA			PATATAS CON BACALAO	COCIDO COMPLETO	MENESTRA DE VERDURAS
				RAGOUT DE TERNERA CON VERDURITAS		SALCHICHAS FRESCAS CON SALSA TOMATE Y ENSALADA DE LECHUGA
	REC. CENA			YOGUR VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR ARROZ, PESCADO, FRUTA FRESCA
		14	15	16	17	18
BASAL	COMIDA	PATATAS CON CARNE	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS	CODITOS CON TOMATE	GARBANZOS CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN
		PALOMETA AL HORNO EN SALSA DE VERDURAS CON ENSALADA DE LECHUGA	LOMO EN SALSA DE CHAMPIÑONES CON ENSALADA MIXTA	MERLUZA EN SALSA VERDE CON VERDURITAS	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE	POLLO GUISADO CON VERDURITAS
	REC. CENA	YOGUR VERDURA, HUEVO, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, PESCADO, YOGUR	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	FRUTA FRESCA VERDURA, CARNE, YOGUR	FRUTA FRESCA ARROZ, PESCADO, YOGUR
		21	22			
BASAL	COMIDA	MACARRONES CON ATÚN	MENU ESPECIAL VACACIONES			
		CAELLA AL ENELDO CON ENSALADA DE TOMATE				
	REC. CENA	YOGUR VERDURA, CARNE, FRUTA FRESCA	VERDURA, PESCADO, YOGUR			

LA FRUTA FRESCA SERVIDA DEPENDERÁ DE SU MADURACIÓN EN CADA MOMENTO: OFRECIÉNDOSE PERA, NARANJA, MANDARINA, PLÁTANO, O MANZANA.

Fdo: Laura de los Ríos Aceña  
Dietista-Nutricionista

