

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sem.1					
09 Sep- 10 Sep	Crema campera (calabaza, zanahoria, patata y puerro)	Potaje de garbanzos y acelgas	Spaguetti boloñesa AL:1,3,14	Sopa jardinera con fideos AL:1,3	Judías con tomate y huevo cocido AL:3
04 Oct- 8 Oct					
01 Nov-05 Nov	Paella de pescado, pollo y calamares AL:4,11,14	Pollo asado con ensalada de lechuga, manzana y maíz AL:14	Lomitos de borriquete en salsa con brócol al vapor AL:1,3,4,14	Albóndigas de la abuela en salsa de tomate con arroz al horno AL:1,3,7,14	Colitas de bacalao a la romana con patata y zanahoria al vapor AL:1,3,4
29 Nov-3 Dic	Fruta	Yogur AL:7	Fruta	Fruta	Yogur AL:7
Sem.2					
13 Sep-17 Sep	Crema de verduras	Caldo gallego	Macarrones gratinados AL:1,3,7	Alubias vegetales	Arroz con salsa de tomate y verduras AL:14
11 Oct-15 Oct					
8 Nov-12 Nov	Pizza artesana de tomate jamón y mozzarella AL:1,3,6,7,9	Milanesa napolitana con patatas al horno AL:1,3	Merluza en salsa con patata, coliflor y ajadita AL:1,3,4,14	Tortilla española con ensalada de tomate y atún AL:3,14	Marmitako de atún AL:4,14
6 Dic-10 Dic	Fruta	Yogur AL:7	Fruta	Fruta	Yogur AL:7
Sem.3					
20 Sep- 24 Sep	Lentejas vegetales AL:7	Fideuá con pisto de verduras AL:1,3	Crema de calabacín	Sopa de estrellitas AL:1,3	Judías con huevo cocido y ajada AL:3
18 Oct- 22 Oct					
15 Nov-19 Nov	Lomo de cerdo en salsa de champiñones con arroz al horno AL:14	Guiso tradicional de ternera AL:14	Lomitos de borriquete a la romana con ensalada de lechuga y tomate AL:1,3,14	Hamburguesa casera con pisto de verduras y salsa de tomate AL:1,3,7	Lasaña clásica de atún AL:1,3,4,7
13 Dic-17 Dic	Fruta	Fruta	Danonino AL:7	Yogur AL:7	Fruta
Sem.4					
27 Sep - 1 Oct	Brécol con patatas cocidas y ajadita	Espinacas con bechamel gratinada AL:1,7	Lentejas con chorizo AL:1,7,6,14	Judías a la gallega AL:14	Crema de zanahoria
25 Oct- 29 Oct					
22 Nov-26 Nov	Filete de pollo a las finas hierbas con lacitos al vapor AL:1,3,14	Guiso de choupa con patatas cocidas AL:11,14	Tortilla paisana con ensalada de lechuga, tomate y cebolla AL:3,14	Codillo al horno con espirales al vapor AL:1,3,14	Merluza a la romana con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas AL:1,3,4,14
20 Dic-22 Dic	Fruta	Chocolatina AL:7,8	Fruta	Yogur AL:7	Fruta



Pablo Carral Mosquera

Técnico Especialista de Dietética y Nutrición

NRS: 26.015036/C