

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Macarrones con queso --- Lomo a la plancha --- Tomate aliñado --- Tortilla de espárragos y pimiento --- Fruta	Arroz a la milanesa --- Ternera a la jardinera --- Revuelto con alcachofas salteadas --- Fruta	Guisantes con beicon --- Pescado rebozado --- Lechuga y tomate --- Yogur	Sopa de pasta --- Albóndigas con tomate --- Nuggets veganos --- Fruta	Crema de zanahoria --- Pechuga de pollo a la plancha --- Ensalada y soja --- Quinoa con pimiento rojo --- Natillas

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Espaguetis con tomate --- Estofado de ternera --- Escalivada con atún --- Natillas	Puré de verduras --- Pollo guisado --- Tofu con tomate y aguacate --- Fruta	Judías blancas estofadas --- Calamares a la romana --- Ensalada --- Yogur	Consomé con jamón --- Butifarra --- Pan con tomate, verduras salteadas --- Revuelto --- Fresas con chocolate	Arroz con champiñones --- Pescado al horno --- Zanahoria rallada --- Macedonia

LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Lazos salteados con gambas y judías verdes --- Jamón dulce a la plancha --- Lechuga --- Salmón --- Fruta	Garbanzos estofados --- Hamburguesa --- Champiñones --- Hamburguesa vegetal --- Fruta	Puré de calabacín --- Pechuga de pollo rebozada --- Tomate y aceitunas --- Pudin de calabaza --- Yogur	Ensaladilla rusa --- Tortilla de verduras --- Ensalada y maíz --- Fruta	Ensalada variada con sardinas --- Paella mixta --- Paella de pescado --- Fruta en almíbar

LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Judías verdes con patatas --- Libro de jamón y queso --- Zanahoria rallada --- Revuelto de gambas y verduras ---	Fideuá --- Redondo de ternera --- Verduritas --- Huevo duro --- Fruta	Lentejas con arroz --- Pescado en salsa --- Patata asada --- Yogur	Crema de calabaza --- Pollo al horno --- Tomate con atún --- Tomate relleno de queso --- Flan casero de mató	Risotto de setas --- Croquetas de bacalao --- Ensalada variada --- Compota de fruta

LUNES 30	MARTES 31		
Brócoli con patatas --- Salchichas --- Tomate al horno --- Sticks vegetales --- Fruta	Arroz chino --- Pechuga de pavo rebozada --- Lechuga --- Hamburguesa de quinoa --- Petit suisse		

