

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
★		★		★		★		★	
6		7		8		9		10	
1P CREMA DE PUERROS Y CHIRIVIA ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, T6, T10) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ARROZ TRES DELICIAS DE INVIERNO 2P FRICANDÓ DE TERNERA GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)		1P MACARRONES A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, 3, 7, T6, T10) 2P CROQUETAS DE COCIDO (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO		1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE POLLO AL CURRY (1, 10) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6, 7, 10) PO YOGUR (7)		1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE BROTES VERDES, TOMATES CHERRYS Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	
13		14		15		16		17	
1P CREMA DE PUERROS Y CHIRIVIA ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, T6, T10) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ARROZ TRES DELICIAS DE INVIERNO 2P FRICANDÓ DE TERNERA GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)		1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) 2P REVUELTO DE HUEVO CON JAMÓN CURADO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO		1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes) 2P POLLO AL HORNO CON CALABAZA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)		1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9, T6, T10) 2P MERLUZA AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) GU ZANAHORIAS ASADAS CON BALSÁMICO (12) PO FRUTA DEL TIEMPO	
20		21		22		23		24	
FIESTA									
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (cerdo y ternera) (1, 6, 9, 10, 11, 12) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6, 7, 10) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P MACARRONES CON SOFRITO DE HORTALIZAS (1, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS Y ALCACHOFA (3) GU ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO (6, 12) PO YOGUR (7)		1P GARBANZOS PATATAS Y ZANAHORIAS ALIÑADOS CON ACEITE DE OLIVA 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU MANZANA SALTEADA PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE PESCADO DE LONJA DE PROXIMIDAD (4) 2P ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS NEGRAS Y TOMATE GU PO YOGUR (7)		1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P POLLO AL HORNO GU CRUDITES PO FRUTA DEL TIEMPO	
27		28		29		30		31	
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (cerdo y ternera) (1, 6, 9, 10, 11, 12) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6, 7, 10) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P SOPA DE AVE Y VERDURAS CON GARBANZOS Y FIDEOS (1, 3, 9, T6, T10) 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) GU ENSALADA DE BROTES VERDES, TOMATES CHERRYS PO YOGUR (7)		1P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) 2P ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS GU PO FRUTA DEL TIEMPO		1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO YOGUR (7)		1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (1, 4) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO	

ECO Producto seco ecológico: pasta, arroz, legumbre, cuscús...

