

LUNES

1 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

MACARRONES A LA BOLOÑESA

SALCHICHAS CASERAS CON
SALSA DE CEBOLLA

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+PESCADO+FRUTA

MARTES

2 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

LENTEJAS A LA CASTELLANA

FOGONERO AL HORNO
CON AJO Y PEREJIL

YOGUR

Sugerencia CENA
VERDURA+CARNE+FRUTA

MIÉRCOLES

3 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

CREMA DE ZANAHORIA

JAMONCITOS DE POLLO AL
HORNO

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+CARNE+FRUTA

JUEVES

4 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

ARROZ CON SECRETO IBERICO

TORTILLA DE CALABACÍN

YOGUR

Sugerencia CENA
VERDURAS+HUEVO+FRUTA

VIERNES

5 LECHUGA, TOMATE
ZANAHORIA Y LOMBARDA

ALUBIAS DE LA ABUELA

MERLUZA CON REBOZADO
CASERO

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURAS+CARNE+FRUTA



8 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

SOPA DE PICADILLO

CROQUETAS CASERAS DEL
COCIDO

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+CARNE+FRUTA

9 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

CODITOS CON TOMATE Y
QUESO

HAMBURGUESA CON
SALSA DE CEBOLLA

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+HUEVO+LACTEO

10 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y ZANAHORIA

POGAJE DE GARBANZOS

PESCADO DEL MERCADO
A LA ANDALUZA

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURAS+CARNE+FRUTA

11 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

CREMA DE CALABACIN

LOMO AL HORNO

FRUTA

Sugerencia CENA
PASTA CON QUESO+ FRUTA

12 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y ZANAHORIA

PUCHERO CON ESTRELLITAS

ALBONDIGAS EN SALSA

YOGUR

Sugerencia CENA
VERDURAS+PESCADO+FRUTA

15 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y ZANAHORIA

LENTEJAS CON CHORIZO

POLLO CON EMPANADO
CASER

YOGUR

Sugerencia CENA
VERDURA+CARNE+FRUTA

16 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

PATATAS GUIADAS CON
PAVO

ROSADA REBOZADA AL
HORNO

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+PESCADO+FRUTA

17 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

ESPIRALES CON ATÚN

FOGONERO EN SALSA VERDE

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+PASTA+FRUTA

18 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

COCIDO ANDALUZ

TORTILLA DE PATATAS

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+PESCADO+FRUTA

19 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y ZANAHORIA

CREMA DE CALABAZA

PECHUGAS DE POLLO AL
HORNO

FRUTA

Sugerencia CENA
VERDURA+HUEVO+LACTEO

22 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

PAELLA DE ARROZ CON
VERDURAS

HAMBURGUESAS AL HORNO

FRUTA

Sugerencias CENA
VERDURA+PESCADO+LACTEO

23 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

ALUBIAS DE LA ABUELA

JAMONCITOS DE POLLO
EN SALSA

YOGUR

Sugerencias de CENA
VERDURAS+PASTA+FRUTA

24 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

ESTOFADO DE CARNE CON
VERDURAS

PIZZA DE YORK

FRUTA

Sugerencias de CENA
VERDURAS+PESCADO+FRUTA

25 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

CREMA DE VERDURAS

PESCADO DEL MERCADO
AL HORNO

FRUTA

Sugerencias de CENA
VERDURA+CARNE+FRUTA

26 LECHUGA, TOMATE
LOMBARDA Y MAIZ

MACARRONES A LA BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA

FRUTA

Sugerencia de CENA
VERDURA+PESCADO+LACTEO

29 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

SOPA DE PICADILLO

LOMO AL HORNO

YOGUR

Sugerencia de CENA
VERDURAS+PESCADO+FRUTA

30 LECHUGA, TOMATE
MAIZ Y OLIVA

ESPIRALES CON ATÚN

CROQUETAS DE COCIDO

FRUTA

Sugerencia de CENA
VERDURA+PASTA+FRUTA