

BASAL

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Crema de verduras Ensalada aragonesa Merluza en salsa verde Tostada de ensalada de pollo Fruta y pan</p>	<p>Paella valenciana Fritada con atún Huevos gratinados Tilapia al horno con lechuga Fruta y pan</p>	<p>Macarrones napolitana Borraja con jamón Estofado de pavo Merluza al curry Fruta y pan</p>	<p>Coliflor con patatas Alubias con morcilla Salchichas al horno con patatas Bonito escabechado Yogur y pan</p>	<p>Garbanzos con espinacas Judías verdes Salmón con ensalada Jamoncitos de pollo guisados Fruta y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>Lentejas con verduras Espinacas a la crema Estofado de pavo Palometa rebozada con limón Fruta y pan</p>	<p>Coditos con atún Ensaladilla rusa Merluza al orio con ensalada Pastel de carne Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes Patatas riojana Pollo asado con patatas Gallineta en salsa verde Yogur y pan</p>	<p>Alubias pintas estofadas Borraja con patata Tortilla española con ensalada Bacalao gratinado Fruta y pan</p>	<p>Arroz de verduras Ensalada tropical Pavo finas hierbas Empanada de atún Fruta y pan</p>
Verdura / Ave / Yogur	Verdura/ Ave / Yogur	Sopa/Huevo/Fruta	Verdura/ Pescado/Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>Brócoli con ajitos Canelones rossini Albóndigas de pollo a la jardinera Trucha a la navarra Fruta y pan</p>	<p>Arroz con pollo Ensalada ilustrada Magro en salsa de ciruelas Merluza a la koskera Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Migas a la pastora Bacalao al horno con ensalada variada Lomo Sajonia con pimientos Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes con tomate Patatas con bacalao Tortilla francesa con lama de queso Brochetas de pollo con patatas Fruta y pan</p>	<p>Espaguetis boloñesa Ensalada templada Nuggets de pollo con patatas Perca en salsa verde Yogur y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Macarrones con queso Ensalada César Jamoncitos de pollo al horno Bacalao riojana Fruta y pan</p>	<p>Crema de calabacín y zanahoria Ensalada de garbanzos Lomo empanado con lechuga y maíz Merluza al horno con hortalizas Fruta y pan</p>	<p>Arroz con tomate Coles de Bruselas salteadas Tortilla de calabacín y ensalada Salmón en salsa tártara Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes salteadas Tallarines al limón Merluza romana con mayonesa San Jacobos con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con arroz Cardo en salsa de almendras Chuleta de pavo con ensalada Albóndigas de pescado en salsa verde Fruta y pan</p>
Verdura / Pescado / Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura / Pescado/Fruta	Puré / Pescado / Yogur

LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Triturado de verduras y merluza Triturado de frutas	Triturado de verduras y huevo Triturado de frutas	Triturado de borraja y jamón Triturado de frutas	Triturado de coliflor con bonito Yogur	Crema de garbanzos con salmón Triturado de frutas
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Crema de lentejas con pavo Triturado de fruta	Triturado de verduras con merluza Triturado de fruta	Triturado de judía verde con pollo Yogur	Crema de alubias con huevo Triturado de frutas	Triturado de verduras con pavo Triturado de fruta
Verdura / Ave / Yogur	Verdura/ Ave / Yogur	Sopa/Huevo/Fruta	Verdura/ Pescado/Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Triturado de brócoli con trucha Triturado de fruta	Crema de verduras con magro Triturado de fruta	Crema de lentejas con bacalao Triturado de fruta	Crema de verduras con huevo Triturado de fruta	Triturado de judía verde con pollo Yogur
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Triturado de verduras con bacalao Triturado de fruta	Crema de calabacín y zanahoria con lomo Triturado de fruta	Triturado de verduras y huevo Yogur	Triturado de judía verde con merluza Triturado de fruta	Crema de lentejas con pavo Triturado de fruta
Verdura / Pescado / Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura / Pescado/Fruta	Puré / Pescado / Yogur

NO CERDO

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Crema de verduras Tostada de ensalada de pollo Fruta y pan</p>	<p>Fritada con atún Huevos gratinados Fruta y pan</p>	<p>Macarrones napolitana Merluza al curry Fruta y pan</p>	<p>Coliflor con patatas Bonito escabechado Yogur y pan</p>	<p>Garbanzos con espinacas Jamoncitos de pollo guisados Fruta y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>Lentejas con verduras Estofado de pavo Fruta y pan</p>	<p>Coditos con atún Merluza al orio con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes Pollo asado con patatas Yogur y pan</p>	<p>Borraja con patata Bacalao gratinado Fruta y pan</p>	<p>Arroz de verduras Pavo finas hierbas Fruta y pan</p>
Verdura / Ave / Yogur	Verdura/ Ave / Yogur	Sopa/Huevo/Fruta	Verdura/ Pescado/Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>Brócoli con ajitos Albóndigas de pollo a la jardinera Fruta y pan</p>	<p>Arroz con pollo Merluza a la kosquera Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Bacalao al horno con ensalada variada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes con tomate Brochetas de pollo con patatas Fruta y pan</p>	<p>Ensalada templada Nuggets de pollo con patatas Yogur y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Macarrones con queso Jamoncitos de pollo al horno Fruta y pan</p>	<p>Ensalada de garbanzos Merluza al horno con hortalizas Fruta y pan</p>	<p>Arroz con tomate Tortilla de calabacín y ensalada Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes salteadas Merluza romana con mayonesa Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con arroz Albóndigas de pescado en salsa verde Fruta y pan</p>
Verdura / Pescado / Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura / Pescado/Fruta	Puré / Pescado / Yogur

DIABÉTICO

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Crema de verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan</p>	<p>Fritada con atún Tilapia al horno con lechuga Fruta y pan</p>	<p>Borraja con jamón Merluza al curry Fruta y pan</p>	<p>Alubias con morcilla Bonito escabechado Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes Salmón con ensalada Fruta y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>Lentejas con verduras Estofado de pavo Fruta y pan</p>	<p>Ensalada ilustrada Merluza al orio con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes Pollo asado con lechuga Yogur y pan</p>	<p>Alubias pintas estofadas Bacalao al horno Fruta y pan</p>	<p>Ensalada tropical Pavo finas hierbas Fruta y pan</p>
Verdura / Ave / Yogur	Verdura/ Ave / Yogur	Sopa/Huevo/Fruta	Verdura/ Pescado/Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>Brócoli con ajitos Trucha a la navarra Fruta y pan</p>	<p>Ensalada ilustrada Magro en salsa de ciruelas Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Bacalao al horno con ensalada variada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes con tomate Tortilla francesa con lama de queso Fruta y pan</p>	<p>Ensalada templada Perca en salsa verde Yogur y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Ensalada César Bacalao riojana Fruta y pan</p>	<p>Ensalada de garbanzos Merluza al horno con hortalizas Fruta y pan</p>	<p>Coles de Bruselas salteadas Tortilla de calabacín y ensalada Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes salteadas Merluza plancha con mayonesa Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con arroz Chuleta de pavo con ensalada Fruta y pan</p>
Verdura / Pescado / Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura / Pescado/Fruta	Puré / Pescado / Yogur

HIPOCALÓRICO

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>Crema de verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan</p>	<p>Fritada con atún Tilapia al horno con lechuga Fruta y pan</p>	<p>Borraja con jamón Merluza al curry Fruta y pan</p>	<p>Alubias con morcilla Bonito escabechado Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes Salmón con ensalada Fruta y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>Lentejas con verduras Estofado de pavo Fruta y pan</p>	<p>Ensalada ilustrada Merluza al orio con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes Pollo asado con lechuga Yogur y pan</p>	<p>Alubias pintas estofadas Bacalao al horno Fruta y pan</p>	<p>Ensalada tropical Pavo finas hierbas Fruta y pan</p>
Verdura / Ave / Yogur	Verdura/ Ave / Yogur	Sopa/Huevo/Fruta	Verdura/ Pescado/Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>Brócoli con ajitos Trucha a la navarra Fruta y pan</p>	<p>Ensalada ilustrada Magro en salsa de ciruelas Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Bacalao al horno con ensalada variada Fruta y pan</p>	<p>Judías verdes con tomate Tortilla francesa con lama de queso Fruta y pan</p>	<p>Ensalada templada Perca en salsa verde Yogur y pan</p>
Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/Huevo/Fruta	Puré / Huevo / Fruta	Sopa/Huevo/Yogur
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Ensalada César Bacalao riojana Fruta y pan</p>	<p>Ensalada de garbanzos Merluza al horno con hortalizas Fruta y pan</p>	<p>Coles de Bruselas salteadas Tortilla de calabacín y ensalada Yogur y pan</p>	<p>Judías verdes salteadas Merluza plancha con mayonesa Fruta y pan</p>	<p>Lentejas con arroz Chuleta de pavo con ensalada Fruta y pan</p>
Verdura / Pescado / Fruta	Verdura/ Pescado/ Fruta	Sopa/ Huevo/ Fruta	Verdura / Pescado/Fruta	Puré / Pescado / Yogur