

|    |                                                                                                                                                                         |    |                                                                                                                                                                                                                |    |                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                        |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5  | Puré de calabaza<br>Hamburguesa al horno con<br>patatas asadas<br>Fruta de temporada y pan                                                                              | 6  | Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón)<br>Pavo a la plancha con ensalada fresca con lechuga y zanahoria<br>Fruta de temporada y <b>pan integral</b>                            | 7  | Arroz con salsa de tomate<br>Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada fresca con maíz dulce<br>Fruta de temporada y pan                                         | 1  | Macarrones a la carbonara<br>Ventresca de merluza al ajoarriero (perejil, ajo, zumo limón, pimentón dulce) con guisantes<br>Yogur y <b>pan integral</b>               | 2  | Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata)<br>Filete de merluza a la plancha con ensalada fresca con lechuga y zanahoria<br>Fruta de temporada y pan |
|    |                                                                                                                                                                         |    |                                                                                                                                                                                                                |    |                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                        |
| 12 | FESTIVO                                                                                                                                                                 | 13 | Patatas estofadas con verduras (cebolla, pimiento, ajo, zanahoria, tomate, colorante alimentario)<br>Fingers de pollo con ensalada fresca de lechuga con remolacha<br>Fruta de temporada y <b>pan integral</b> | 14 | Alubias estofadas con chorizo (patata, pimiento, cebolla, zanahoria, ajo, colorante, chorizo)<br>Filete de pavo en salsa con ensalada fresca con aceitunas<br>Fruta de temporada y pan        | 15 | Macarrones con salsa de tomate<br>Ventresca de merluza en salsa verde con ensalada fresca con lechuga y zanahoria<br>Yogur y <b>pan integral</b>                      | 16 | Sopa de arroz<br>Lomo en salsa (lomo cerdo, ajo, cebolla) con judías verdes salteadas<br>Fruta de temporada y pan                                                      |
|    |                                                                                                                                                                         |    |                                                                                                                                                                                                                |    |                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                        |
| 19 | Arroz a la napolitana<br>Lomo a la plancha con ensalada fresca con aceitunas<br>Fruta de temporada y pan                                                                | 20 | Garbanzos estofados a la riojana<br>Abadejo a la marinera con ensalada fresca con lechuga y zanahoria<br>Fruta de temporada y <b>pan integral</b>                                                              | 21 | Sopa de fideos (patata, puerro, zanahoria, canilla, espinazo, gallina)<br>Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) con ensalada fresca con maíz dulce<br>Fruta de temporada y pan | 22 | Crema de calabacín (puerro, calabacín, patata)<br>Albóndigas en salsa (ajo, cebolla, tomate y zanahoria) con patatas dado<br>Yogur y <b>pan integral</b>              | 23 | Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata)<br>Arroz con boloñesa de soja texturizada<br>Fruta de temporada y pan                                     |
|    |                                                                                                                                                                         |    |                                                                                                                                                                                                                |    |                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                        |
| 26 | Patatas estofadas con verduras<br>Jamoncito pollo al limón (ajo, cebolla, zumo limón, especias variadas) con ensalada fresca con maíz dulce<br>Fruta de temporada y pan | 27 | Macarrones al ajillo<br>Ventresca de merluza a la bilbaína con ensalada fresca con aceitunas<br>Fruta de temporada y <b>pan integral</b>                                                                       | 28 | Sopa de arroz<br>Estofado de cerdo con tomate con menestra de verduras salteadas<br>Fruta de temporada y pan                                                                                  | 29 | Guiso de cascote (alubia, garbanzos, ajo, judías verdes, calabaza, cebolla, patata, pimentón dulce)<br>Pavo en salsa con ensalada fresca con lechuga y brotes de soja | 30 | Crema de verduras (calabacín, zanahoria y patata)<br>Espaguetis con boloñesa de soja<br>Fruta de temporada y pan                                                       |
|    |                                                                                                                                                                         |    |                                                                                                                                                                                                                |    |                                                                                                                                                                                               |    |                                                                                                                                                                       |    |                                                                                                                                                                        |