

CrEa tu Rutina Saludable En Familia



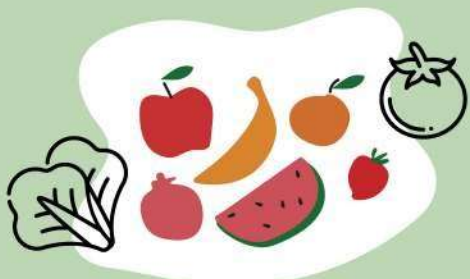
INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU FLEXIBILIDAD



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole he comido como primero...		Para cenar puedo comer como primero...
verdura	>	pasta/arroz
pasta/arroz	>	verdura
legumbres	>	verdura pasta/arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido como segundo...		Para cenar puedo comer como segundo...
huevo	>	carne pescado
pescado	>	huevo carne
legumbres	>	verdura huevo
carne	>	huevo pescado

POSTRE

fruta	○	lácteo
-------	---	--------

Entidades colaboradoras:



LUNES	2	MARTES	3	MIÉRCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES	6
Triturado de magro, lentejas con zanahoria y judías verdes		Triturado de pescado blanco, arroz, calabacín y calabaza		Triturado de pollo zanahoria, puerro y patata		Triturado de pescado azul con calabacín, guisantes y arroz		Triturado de ternera, puerro con zanahoria y garbanzos	
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	FESTIVO	12	VIERNES	13
FESTIVO		Triturado de magro, judía verde, calabaza y patata		Triturado de pescado blanco, zanahoria, puerro y garbanzos		Triturado de pollo zanahoria, puerro y judías verdes		Triturado de pescado azul con zanahoria, judías verdes y alubias	
		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Triturado de magro, guisantes, patata, calabacín y puerro		Triturado de pescado azul, patata, calabacín y puerro		Triturado de pavo, patata, calabacín y zanahoria		FESTIVO		Triturado de ternera, puerro con zanahoria y garbanzos	
Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca				Triturado de fruta fresca	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Triturado de magro, judía verde, calabaza y patata		Triturado de pescado blanco, alubias, calabacín y zanahoria		Triturado de pollo, patata, calabacín y zanahoria		Triturado de pescado azul, zanahoria, puerro y lentejas		Triturado de magro, arroz, zanahoria y calabacín	
Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca	
LUNES	30								
Triturado de pescado blanco, arroz, calabacín y calabaza									
Triturado de fruta fresca									

Triturado de fruta fresca

LUNES	2	MARTES	3	MIÉRCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES	6
Triturado de magro, lentejas con zanahoria y judías verdes		Triturado de pescado blanco, arroz, calabacín y calabaza		Triturado de pollo zanahoria, puerro y patata		Triturado de pescado azul con calabacín, guisantes y arroz		Triturado de ternera, puerro con zanahoria y garbanzos	
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	FESTIVO	12	VIERNES	13
FESTIVO		Triturado de magro, judía verde, calabaza y patata		Triturado de pescado blanco, zanahoria, puerro y garbanzos		Triturado de pollo zanahoria, puerro y judías verdes		Triturado de pescado azul con zanahoria, judías verdes y alubias	
		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Triturado de magro, guisantes, patata, calabacín y puerro		Triturado de pescado azul, patata, calabacín y puerro		Triturado de pavo, patata, calabacín y zanahoria		FESTIVO		Triturado de ternera, puerro con zanahoria y garbanzos	
Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca				Triturado de fruta fresca	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Triturado de magro, judía verde, calabaza y patata		Triturado de pescado blanco, alubias, calabacín y zanahoria		Triturado de pollo, patata, calabacín y zanahoria		Triturado de pescado azul, zanahoria, puerro y lentejas		Triturado de magro, arroz, zanahoria y calabacín	
Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca		Triturado de fruta fresca	
LUNES	30								
Triturado de pescado blanco, arroz, calabacín y calabaza									
Triturado de fruta fresca									



LUNES

2

MARTES

3

MIÉRCOLES

4

JUEVES

5

VIERNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Vichyssoise (puerro, patata, cebolla)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Verduras asadas (berenjena, Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Crema de verdura con picatostes
Brócoli salteado (cebolla, aceite)
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria y jamón yor
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Guisantes salteados (ajo, aceite)
Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Repollo al ajoarriero
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

9

MARTES

10

MIÉRCOLES

11

JUEVES

12

VIERNES

13

FESTIVO

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Menestra de verduras al vapor
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Cous cous(aceite)
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Ensalada mixta(lechuga, tomate, atún...)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Mates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Lasaña vegetal
Judías verdes al ajillo (aceite, ajo)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Pisto de verduras(tomate,pimiento)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

16

MARTES

17

MIÉRCOLES

18

JUEVES

19

VIERNES

20

Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo)
Calabaza al horno (aceite, ajo, sal)
Magro de cerdo a la riojana (harina trigo, pim, cebolla, tomate) con Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Guisantes salteados (cebolla, aceite)
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...)
Perrito caliente
Patatas fritas
Helado Pirulo o fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Repollo al ajoarriero
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

23

MARTES

24

MIÉRCOLES

25

JUEVES

26

VIERNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Zanahorias baby rehogadas
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit)
Verduras asadas
Gallo san Pedro a la romana(huevo líquido,harina de trigo aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Crema de calabacín con picatostes (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Calabacín al horno
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Patatas dado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, Jurel encebollado (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Arroz con verduras(calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Brócoli salteado con jamón serrano
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah, guisante, coliflor, patata)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

30

Espirales gratinados con queso (tomate,ajo,cebolla,pim)
Champiñones salteados (ajo, perejil)
Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil)
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Vichyssoise (puerro, patata, cebolla) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta) Verduras asadas (berenjena, Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de verdura con picatostes Brócoli salteado (cebolla, aceite) Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria y jamón yor Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Guisantes salteados (ajo, aceite) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Repollo al ajoarriero Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua	6
FESTIVO FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Menestra de verduras al vapor Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Ensalada mixta(lechuga, tomate, atún...) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada aliñada con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Judías verdes al ajillo (aceite, ajo) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla,ajo,tomate) Pisto de verduras(tomate,pimiento) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Calabaza al horno (aceite, ajo, sal) Magro de cerdo a la riojana (harina trigo, pim, cebolla, tomate) con Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Guisantes salteados (cebolla, aceite) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MIÉRCOLES Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Repollo al ajoarriero Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua	20
LUNES Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano) Zanahorias baby rehogadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceituna Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	23	MARTES Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit) Verduras asadas Gallo san Pedro a la romana(huevo líquido,harina de trigo aceite) Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	24	MIÉRCOLES Crema de calabacín con picatostes (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Calabacín al horno Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite) Patatas dado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	25	JUEVES Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah) Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, Jurel encebollado (cebolla, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	26	VIERNES Arroz con verduras(calabacín, zanah, tomate, cebolla) Brócoli salteado con jamón serrano Estofado de cerdo a la jardinera(zanah, guisante, coliflor, patata) Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua	27
LUNES Espirales gratinados con queso (tomate,ajo,cebolla,pim) Champiñones salteados (ajo, perejil) Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil)	30								



LUNES Alubias blancas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan sin gluten y agua	2	MARTES Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan sin gluten y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan sin gluten y agua	4	JUEVES Espaguetis sin gluten con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan sin gluten y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos sin gluten(fideos, cebolla, cerdo , puerro, Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Arroz en blanco Fruta fresca Pan sin gluten y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza al horno Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan sin gluten y agua	11	JUEVES Espirales sin gluten a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan sin gluten y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua	13
LUNES Macarrones sin gluten con salsa de tomate (cebolla, tomate) Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan sin gluten y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan sin gluten y agua	17	MENÚ FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan sin gluten, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan sin gluten y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zana, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Espirales a la napolitana (tomate, zana, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa ;alada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones con salsa de tomate Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zana, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Yogur de soja o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								

LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de ave con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zana, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Espirales a la napolitana (tomate, zana, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de s Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones con salsa de tomate Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zana, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Yogur de soja o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, puerro, ternera, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	20
LUNES Coditos a la napolitana (tomate trozos, zana, cebolla, orégano) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceituna Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	23	MARTES Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..) Gallo san Pedro a la romana(huevo líquido,harina de trigo aceite) Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	24	MIÉRCOLES Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite) Patatas dado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	25	JUEVES Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zana) Jurel encebollado (cebolla, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	26	VIERNES Arroz con verduras (calabacín, zana, tomate, cebolla) Estofado de cerdo a la jardinera(zana,guisante,coliflor,patata, Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua	27
LUNES Espirales con salsa de tomate (tomate,ajo,cebolla,pim) Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	30								



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria Filete de pollo a la plancha Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera) Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Cous cous (aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate) Limanda al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones sin huevo con salsa de tomate (cebolla, tomate) Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Brócoli salteado con zanahoria Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis sin soja con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de ave con fideos sin soja (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...) Morcillo de ternera Patata y zanahoria hervida Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Arroz en blanco Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Coliflor salteada (ajo, aceite) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espirales sin soja a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Pisto de verduras (tomate, pimiento v., pimi rojo) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones sin soja con salsa de tomate (cebolla, tomate, pim, ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient, harina tr., cebolla, tomate, ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Cinta de lomo a la plancha Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) nsalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2 Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 3 Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 4 Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 5 Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 6 Sopa casera de ave con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9 FESTIVO	MARTES 10 Crema de zanahoria (patata, zana, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 11 Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 12 Espirales a la napolitana (tomate, zana, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 13 Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de s Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16 Macarrones con salsa de tomate Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 17 Crema de calabaza (calabaza, zana, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MENÚ FIN DE CURSO 18 Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Yogur de soja o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	JUEVES 19 FESTIVO	VIERNES 20 Sopa casera de ave con fideos (fideos, cebolla, puerro, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 23 Coditos a la napolitana (tomate trozos, zana, cebolla, orégano) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceituna Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 24 Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..) Gallo san Pedro a la romana(huevo líquido,harina de trigo aceite) Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 25 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite) Patatas dado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 26 Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zana) Jurel encebollado (cebolla, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 27 Arroz con verduras (calabacín, zana, tomate, cebolla) Estofado de cerdo a la jardinera(zana,guisante,coliflor,patata, Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 30 Espirales con salsa de tomate (tomate,ajo,cebolla,pim) Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua				



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2 MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3 MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4 JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5 VIERNES Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES FESTIVO	9 MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous (aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10 MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11 JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12 VIERNES Lentejas estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16 MARTES Crema de acelgas, puerro y zanahoria con picatostes Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17 MENÚ FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18 JUEVES FESTIVO	19 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	23 MARTES VACACIONES DE VERANO	24 MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25 JUEVES VACACIONES DE VERANO	26 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO			



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de acelgas, puerro y zanahoria Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								



LUNES 2 Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 3 Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 4 Brócoli salteado Filete de pollo a la plancha Ensalada de tomate, zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 5 Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 6 Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...) Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9 FESTIVO	MARTES 10 Menestra de verduras al vapor Cinta de lomo a la plancha Cous cous (aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 11 Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 12 Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 13 Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate) Limanda al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16 Macarrones sin huevo con salsa de tomate (cebolla, tomate) Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 17 Calabaza y patata salteadas Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 18 Champiñones salteados (ajo, perejil) Cinta de lomo a la plancha Patatas fritas Yogur de soja o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	JUEVES 19 FESTIVO	VIERNES 20 VACACIONES DE VERANO
LUNES 23 VACACIONES DE VERANO	MARTES 24 VACACIONES DE VERANO	MIÉRCOLES 25 VACACIONES DE VERANO	JUEVES 26 VACACIONES DE VERANO	VIERNES 27 VACACIONES DE VERANO
LUNES 30 VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2 Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 3 Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 4 Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Filete de pollo a la plancha Ensalada de tomate y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 5 Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 6 Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...) Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9 FESTIVO	MARTES 10 Crema de zanahoria (patata, zana, cebolla) Cinta de lomo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 11 Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 12 Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zana, cebolla, orégano) Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 13 Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Limanda al horno alada de lechuga, zanahoria y brotes de s Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16 Macarrones sin huevo con salsa de tomate Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 17 Crema de calabaza (calabaza, zana, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 18 Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Yogur de soja o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	JUEVES 19 FESTIVO	VIERNES 20 Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla , puerro, ternera, Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera) Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 23 Pasta sin huevo a la napolitana (tomate trozos, zana, cebolla, orégano) Merluza al horno Ensalada de lechuga, pepino y aceituna Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 24 Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..) Gallo san Pedro a la bilbaína (ajo, pimentón) Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 25 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite) Patatas dado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 26 Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zana) Jurel encebollado (cebolla, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 27 Arroz con verduras (calabacín, zana, tomate, cebolla) Estofado de cerdo a la jardinera(zana,guisante,coliflor,patata, Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 30 Espirales sin huevo con salsa de tomate (tomate,ajo,cebolla,pim) Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua				



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) nsalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	DÍA DEL CELIACO 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja fresca (no coco,plátano,kiwi) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no coco,plátano,kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Pirulo limón o fruta fresca (no plátano, coco) Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	DÍA DEL CELIACO 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) nsalada de lechuga, tomate, queso y orégan Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón yorl Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Pirulo limón o fruta fresca(no frutas tropi Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Morcillo de ternera Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria y jamón yor Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo — Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Revuelto de huevo Mates aliñados con orégano y aceite de oli Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria y jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous (aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Mates aliados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo) Magro de cerdo a la riojana Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES Alubias blancas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous (aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	20
LUNES Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y aceituna Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	23	MARTES Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, Gallo san Pedro a la romana (huevo líquido, harina de trigo, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	24	MIÉRCOLES Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite) Patatas dado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	25	JUEVES Garbanzos estofados con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah) Jurel encebollado (cebolla, aceite) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	26	VIERNES Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla) Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, Fruta fresca y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	27
LUNES Espirales gratinados con queso (tomate, ajo, cebolla, pim) Filete de merluza en salsa verde con guisantes (guisantes, ajo, perejil) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	30								



LUNES 2 Lentejas con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 3 Arroz en blanco (ajo, cebolla) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 4 Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón yorl Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 5 Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 6 Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9 FESTIVO	MARTES 10 Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 11 Garbanzos estofados/salteados con verduras sin tomate (calabaza, patata, Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 12 Lasaña vegetal Filete de pollo a la plancha Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 13 Alubias estofadas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16 Macarrones salteados con zanahoria y calabacín Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 17 Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	JUEVES 19 FESTIVO	VIERNES 20 VACACIONES DE VERANO
LUNES 23 VACACIONES DE VERANO	MARTES 24 VACACIONES DE VERANO	MIÉRCOLES 25 VACACIONES DE VERANO	JUEVES 26 VACACIONES DE VERANO	VIERNES 27 VACACIONES DE VERANO
LUNES 30 VACACIONES DE VERANO				



LUNES Lentejas con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	2 MARTES Arroz en blanco (ajo, cebolla) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3 MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón yorl Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4 JUEVES Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5 VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES FESTIVO	9 MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10 MIÉRCOLES Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11 JUEVES Espirales con verduritas (calabacín, zanah, cebolla) Filete de pollo a la plancha Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12 VIERNES Alubias estofadas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de s Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES Macarrones salteados con zanahoria y calabacín Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16 MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17 MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Lentejas estofadas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, Perrito caliente sin tomate Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y refrescos	18 JUEVES FESTIVO	19 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	23 MARTES VACACIONES DE VERANO	24 MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25 JUEVES VACACIONES DE VERANO	26 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO			



LUNES Alubias con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melocotón) Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz en blanco (ajo, cebolla) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y natillas Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Filete de pollo a la plancha Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca y yogur Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones salteados con zanahoria y calabacín Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada Zanahoria baby salteada Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente sin tomate Patatas fritas Helado Pirulo o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz sin tomate(zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz en blanco (ajo, cebolla) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Filete de pollo a la plancha Calabacín salteado Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de espinaca Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones salteados con zanahoria y calabacín Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada Zanahoria baby salteada Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón,fresa) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes Perrito caliente sin tomate Patatas fritas Jugo de limón o fruta fresca(no melón, fr Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	2	MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	3	MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	4	JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	5	VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca pelada y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	6
LUNES FESTIVO	9	MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	10	MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	11	JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	12	VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca pelada y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua	13
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	16	MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca pelada Pan blanco/Pan integral y agua	17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Salchichas cocidas Patatas fritas Helado Pirulo limón o fruta fresca Pan blanco/Pan integral y agua	18	JUEVES FESTIVO	19	VIERNES VACACIONES DE VERANO	20
LUNES VACACIONES DE VERANO	23	MARTES VACACIONES DE VERANO	24	MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25	JUEVES VACACIONES DE VERANO	26	VIERNES VACACIONES DE VERANO	27
LUNES VACACIONES DE VERANO	30								



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	2 MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	3 MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	4 JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	5 VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca (no plátano) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES FESTIVO	9 MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	10 MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	11 JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	12 VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca (no plátano) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana Zanahoria baby salteada Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	16 MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y agua	17 MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo limón o fruta fresca (no plátano) Pan blanco/Pan integral y refrescos	18 JUEVES FESTIVO	19 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	23 MARTES VACACIONES DE VERANO	24 MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25 JUEVES VACACIONES DE VERANO	26 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO			



LUNES 2 Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 3 Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 4 Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 5 Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 6 Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) y nat Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9 FESTIVO	MARTES 10 Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	MIÉRCOLES 11 Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	JUEVES 12 Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	VIERNES 13 Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de espinaca Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) y yogur Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16 Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	MARTES 17 Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmon al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca pelada(no melocotón,ciruela) Pan blanco/Pan integral y agua	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18 Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Pirulo limón o fruta fresca (no melocotón, Pan blanco/Pan integral y refrescos)	JUEVES 19 FESTIVO	VIERNES 20 VACACIONES DE VERANO
LUNES 23 VACACIONES DE VERANO	MARTES 24 VACACIONES DE VERANO	MIÉRCOLES 25 VACACIONES DE VERANO	JUEVES 26 VACACIONES DE VERANO	VIERNES 27 VACACIONES DE VERANO
LUNES 30 VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) nsalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no kiwi) Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo limón o fruta fresca(no kiwi) Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) nsalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca (no melón) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa salada de lechuga, zanahoria y brotes de sc Fruta fresca (no melón) y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES 16	MARTES 17	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y agua	Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas elado Pirulo limón o fruta fresca (no melón) Pan blanco/Pan integral y refrescos	FESTIVO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
LUNES 30				
VACACIONES DE VERANO				



LUNES Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo) Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	2 MARTES Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento) Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	3 MIÉRCOLES Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria Tortilla de patata y calabacín Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	4 JUEVES Espaguetis con tomate (zanah, cebolla) Jurel en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	5 VIERNES Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca* y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES FESTIVO	9 MARTES Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla) Salchichas frescas de cerdo a la plancha Cous cous(aceite) Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	10 MIÉRCOLES Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Mates aliñados con orégano y aceite de oliva Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	11 JUEVES Lasaña vegetal Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite) Calabacín salteado Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	12 VIERNES Alubias estofadas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja Fruta fresca* y yogur natural Pan blanco/Pan integral y agua
LUNES Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo) Magro de cerdo a la riojana (pimiento,harina tr.,cebolla,tomate,ajo) Zanahoria baby salteada Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	16 MARTES Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata) Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca* Pan blanco/Pan integral y agua	17 MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 18 Gazpacho (tomate, pimiento, pan, ajo...) Perrito caliente completo Patatas fritas Helado Pirulo limón o fruta fresca * Pan blanco/Pan integral y refrescos	19 JUEVES FESTIVO	20 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO	23 MARTES VACACIONES DE VERANO	24 MIÉRCOLES VACACIONES DE VERANO	25 JUEVES VACACIONES DE VERANO	26 VIERNES VACACIONES DE VERANO
LUNES VACACIONES DE VERANO				

