

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos 	Crema de verduras 	Espirales de colores a la italiana
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 	Cocido completo 	Palitos de merluza con ensalada 	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<small>Energía: 599 Kcal. Lípidos: 21,0 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 85,7 g. Azúcares: 15,0 g. Proteínas: 16,9 g. Sal: 1,7 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 3-8 años de recomendación diaria de 1.742 Kcal/día Energía: 792 Kcal. Lípidos: 27,0 g. AGS: 2,3 g. Hidratos de Carbono: 112,8 g. Azúcares: 17,9 g. Proteínas: 24,6 g. Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 9-13 años de recomendación diaria de 2.279 Kcal/día Energía: 1103 Kcal. Lípidos: 37,1 g. AGS: 3,6 g. Hidratos de Carbono: 155,6 g. Azúcares: 25,9 g. Proteínas: 35,9 g. Sal: 1,6 mg. • Valoración nutricional calculada según "Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010" para un niño de 14-18 años de recomendación diaria de 3.152 Kcal/día</small>				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Alubias blancas estofadas 	Arroz tres delicias 	Lentejas estofadas 	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Merluza al pimentón con champiñón laminado 	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada guarnición 	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras 	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<small>90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U</small>				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz a la cubana 	Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 	Lentejas estofadas 	Espaguetis boloñesa
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas 	Palitos de merluza con ensalada 	Cocido completo 	Tortilla francesa con ensalada 	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<small>90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U</small>				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela 	Lentejas estofadas 	Paella de pescado 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Crema de zanahoria
Lomo adobado al horno con patatas 	Croquetas de jamón con ensalada 	Tortilla de patata Ensalada mixta 	Ventresca de merluza en salsa verde (*) con zanahoria salteada 	Albondigas a la jardinera con arroz
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
<small>90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U 90YI 41 - 5 - 7Wf" @sKcg 48E\$ " - 5 G %: [" -]XUhcqXY 7UfVbc.) * [" - 5n - WfYg % " [" - DrcHfduj 45; [" - GJ % " a ["] U c r U M E B b i H j Y b u W W U K U g r - b i B c W a Y b c X Y 7 c b g r b g : g V Y U U j a Y b H U M E B Y b c g 7 Y b f c g 9 6 W H j c g 4 5 5 8 i z d U f U i b b j : c X Y - 1. U c g X Y P Y M a Y b X U M E B X U f U J X Y % - (4 7 W f R K U</small>				
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<p align="center">En todos los menús se incluye agua y pan. </p>				

Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.

Para SERAL, el objetivo prioritario es dar una alimentación correcta durante la edad escolar que permita al niño crecer con salud.

COMPLETA TU ALIMENTACIÓN DIARIA CON



Desayuno Recomendado

El desayuno puede realizarse en una o dos tomas, pudiendo ser la segunda el de media mañana.

LÁCTEOS: Leche, yogures, queso.

CEREALES: Pan integral, copos de avena o cereales (sin refinar y no azucarados).

FRUTAS: Fruta entera o cortada, fruta desecada.



Merienda Recomendada

Hay que adaptar la cantidad de alimentos a la de la actividad física que se vaya a realizar durante la tarde.

LÁCTEOS: Leche, yogures, queso.

FRUTA: Fruta entera o cortada, fruta desecada.

CEREALES: Pan integral, copos de avena o cereales (sin refinar y no azucarados).

OTROS: Frutos secos naturales o tostados (sin sal), embutido magro.

	SI COMES	SE RECOMIENDA CENAR
PRIMER PLATO	Arroz, pasta, patata	Crema, puré, verdura cocida
	Crema, puré, verdura cocida	Arroz, pasta, patata
	Legumbre	Ensalada, crema, puré, sopa, verdura cocida
	Sopa	Arroz, pasta, patata
SEGUNDO PLATO	Carne grasa (cerdo, cordero)	Pescado
	Carne magra (ave, ternera)	Huevo, pescado
	Pescado	Carne magra
	Huevo	Carne magra, pescado
POSTRE	Fruta	Fruta, lácteo
	Lácteo	Fruta

Y RECUERDA...



GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS SECOS



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



SULFITOS



ALTRAMUZ



MOLUSCOS



LEGUMBRES

Sabrás que comes siguiendo el Reglamento Europeo 1169/2011 de Alergias e Intolerancias

Para SERAL, el objetivo prioritario es dar una alimentación correcta durante la edad escolar que permita al niño crecer con salud.

COMPLETA TU ALIMENTACIÓN DIARIA CON



Desayuno Recomendado

El desayuno puede realizarse en una o dos tomas, pudiendo ser la segunda el de media mañana.

LÁCTEOS: Leche, yogures, queso.

CEREALES: Pan integral, copos de avena o cereales (sin refinar y no azucarados).

FRUTAS: Fruta entera o cortada, fruta desecada.



Merienda Recomendada

Hay que adaptar la cantidad de alimentos a la de la actividad física que se vaya a realizar durante la tarde.

LÁCTEOS: Leche, yogures, queso.

FRUTA: Fruta entera o cortada, fruta desecada.

CEREALES: Pan integral, copos de avena o cereales (sin refinar y no azucarados).

OTROS: Frutos secos naturales o tostados (sin sal), embutido magro.

	SI COMES	SE RECOMIENDA CENAR
PRIMER PLATO	Arroz, pasta, patata	Crema, puré, verdura cocida
	Crema, puré, verdura cocida	Arroz, pasta, patata
	Legumbre	Ensalada, crema, puré, sopa, verdura cocida
	Sopa	Arroz, pasta, patata
SEGUNDO PLATO	Carne grasa (cerdo, cordero)	Pescado
	Carne magra (ave, ternera)	Huevo, pescado
	Pescado	Carne magra
	Huevo	Carne magra, pescado
POSTRE	Fruta	Fruta, lácteo
	Lácteo	Fruta

Y RECUERDA...



GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS SECOS



APIO



MOSTAZA



SÉSAMO



SULFITOS



ALTRAMUZ



MOLUSCOS



LEGUMBRES

Sabrás que comes siguiendo el Reglamento Europeo 1169/2011 de Alergias e Intolerancias

LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas al estilo casero	Arroz blanco hervido (*)	Sopa de pollo con fideos 	Berenjena asada	Espirales de colores a la italiana 
Tortilla francesa con lechuga 	Merluza al horno 	Pavo salteado con ajetes	Palitos de merluza 	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones blancos hervidos 	Coliflor esparragada 	Arroz tres delicias 	Sopa de verduras	Champiñón rehogado 
Tortilla de patata con lechuga 	Merluza al pimenton con champiñón laminado 	Pechuga de pollo a la plancha	Magro de cerdo a la plancha	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz blanco hervido (*)	Berenjena al horno	Sopa casera de pollo 	Acelgas al estilo casero	Macarrones blancos hervidos 
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas 	Palitos de merluza 	Pavo salteado con ajetes	Tortilla francesa 	Limanda al horno 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela 	Sopa de verduras	Paella de pescado 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Brócoli rehogado con aceite y ajo 
Lomo adobado al horno con patatas 	Croquetas de jamón 	Tortilla de patata	Ventresca de merluza en salsa verde (*) 	Albondigas a la jardinera con arroz 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogur desnatado natural 
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8

En todos los menús se incluye agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.

LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate	Sopa casera de pollo 	Crema de verduras  	Pasta a la italiana (*)
Cinta de lomo de cerdo asada con ensalada lechuga, zanahoria v olivas    	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras    	Pavo salteado con ajetes	Merluza a la plancha con ensalada   	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas      
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Alubias blancas estofadas 	Arroz tres delicias     	Lentejas estofadas  	Crema de calabaza
Lomo asado con ensalada de lechuga y tomate  	Merluza al pimenton con champiñon laminado    	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada guarnición  	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras   	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas      
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz con tomate	Crema de verduras  	Sopa casera de pollo 	Lentejas estofadas  	Espaguetis con verduras
Jamonicitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas   	Merluza al horno con ensalada    	Pavo salteado con ajetes	Magro con tomate con ensalada  	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada     
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Acelgas con aceite y ajo  	Lentejas estofadas  	Paella de pescado    	Patatas guisadas con carne de cerdo  	Crema de zanahoria
Lomo adobado al horno con patatas    	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada  	Cinta de lomo de cerdo asada Ensalada mixta  	Ventresca de merluza en salsa verde (*) con zanahoria salteada     	Contramuslo de pollo a la plancha (*)
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
En todos los menús se incluye agua y pan. 				

LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos  	Crema de verduras  	Pasta a la italiana (*)
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas  	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras    	Pavo salteado con ajetes	Merluza a la plancha con ensalada   	Filete de ternera a la plancha con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Alubias blancas estofadas 	Arroz con champiñones 	Lentejas estofadas  	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate  	Merluza al pimenton con champiñon laminado    	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada guarnición 	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras  	Filete de ternera a la plancha con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz a la cubana 	Crema de verduras  	Sopa casera de pollo 	Lentejas estofadas  	Espaguetis con verduras  
Jamonicitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas   	Merluza al horno con ensalada   	Pavo salteado con ajetes	Tortilla francesa con ensalada  	Limanda al horno con ensalada   
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela  	Lentejas estofadas  	Paella de pescado   	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Crema de zanahoria
Lomo al horno con patatas 	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada 	Tortilla de patata Ensalada mixta  	Ventresca de merluza en salsa verde (*) con zanahoria salteada     	Contramuslo de pollo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
En todos los menús se incluye agua y pan.				

COLEGIO STA MARIA DEL VALLE

OCTUBRE 2023 SIN LEGUMBRE-FRUTOS DE CASCARA-GUISANTE-KIW



LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas con patata	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos 	Crema de verduras (*)	Espirales de colores a la italiana 
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 	Pavo salteado con ajetes	Merluza a la plancha con ensalada 	Filete de ternera a la plancha con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Coliflor esparragada 	Arroz con champiñones 	Sopa de verduras	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Merluza al pimenton con champiñon laminado 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada guarnición 	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) 	Filete de ternera a la plancha con patatas 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz a la cubana 	Crema de verduras (*)	Sopa casera de pollo 	Acelgas al estilo casero	Espaguetis con verduras 
Jamoncito de pollo asado con patatas 	Merluza al horno con ensalada 	Pavo salteado con ajetes	Tortilla francesa con ensalada 	Limanda al horno con ensalada 
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela 	Sopa de verduras	Paella de pescado 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Crema de zanahoria
Lomo al horno con patatas 	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada 	Tortilla de patata Ensalada mixta 	Merluza en salsa verde con zanahoria salteada 	Pavo salteado con ajetes
Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Fruta apta	Yogurt desnatado natural 
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8

En todos los menús se incluye agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos  	Crema de verduras  	Espirales de colores a la italiana  
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas  	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras     	Cocido completo     	Palitos de merluza con ensalada             	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas       
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Alubias blancas estofadas 	Arroz tres delicias     	Sopa de verduras	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate  	Merluza al pimenton con champiñón laminado     	Nuggets de pollo con ensalada con ensalada guarnición                      	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras    	Hamburguesa mixta a la plancha con patatas       
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz a la cubana 	Crema de verduras  	Sopa casera de pollo 	Acelgas al estilo casero	Espaguetis boloñesa       
Jamoncitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas   	Palitos de merluza con ensalada                             	Cocido completo     	Tortilla francesa con ensalada  	Salchichas Frankfurt al horno con tomate con ensalada       
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela  	Sopa de verduras	Paella de pescado    	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Crema de zanahoria
Lomo adobado al horno con patatas    	Croquetas de jamón con ensalada                             	Tortilla de patata Ensalada mixta                      	Ventresca de merluza en salsa verde (*) con zanahoria salteada             	Albondigas a la jardinera con arroz       
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt 
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
En todos los menús se incluye agua y pan.				

LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Alubias blancas al estilo casero 	Arroz blanco con tomate	Sopa de pollo con fideos 	Crema de verduras 	Pasta a la italiana (*)
Tortilla francesa con ensalada lechuga, zanahoria y olivas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con mix de verduras 	Pavo salteado con ajetes	Merluza a la plancha con ensalada 	Contramuslo de pollo a la plancha con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con tomate 	Alubias blancas estofadas 	Arroz con champiñones 	Lentejas estofadas 	Crema de calabaza
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Merluza al pimenton con champiñon laminado 	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada guarnición 	Magro de cerdo a la jardinera (zanahoria, cebolla y pimiento) con verduras 	Pechuga de pavo a la plancha con patatas 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Arroz a la cubana 	Crema de verduras 	Sopa casera de pollo 	Lentejas estofadas 	Espaguetis con verduras 
Jamonicitos de pollo guisados en salsa hortelana (*) con patatas 	Merluza al horno con ensalada 	Pavo salteado con ajetes	Tortilla francesa con ensalada 	Limanda al horno con ensalada 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Fideos a la cazuela 	Lentejas estofadas 	Paella de pescado 	Patatas guisadas con carne de cerdo 	Crema de zanahoria
Lomo al horno con patatas 	Pechuga de pavo a la plancha con ensalada 	Tortilla de patata Ensalada mixta 	Ventresca de merluza en salsa verde (*) con zanahoria salteada 	Contramuslo de pollo a la plancha
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8

En todos los menús se incluye agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.