

SEMANA 1

ALMUERZO

CENA

LUNES

EMBLANCO
PASTEL DE CARNE PICADA CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE FIDEOS
PALITOS DE MERLUZA CON ENSALADA
YOGUR

MARTES

PORRA
MAGRO CON TOMATE Y PATATAS ALIÑADAS
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE ESTRELLAS
POLLO RELLENO CON SALSA A LA PIMIENTA Y
ENSALADA
YOGUR

MIÉRCOLES

POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS
POLLO ASADO CON PATATAS A LO POBRE
FRUTA DEL TIEMPO

CONSOMÉ CON PICATOSTE
TORTILLA FRANCESA Y ENSALADILLA RUSA
YOGUR

JUEVES

JUDÍAS PINTAS
PESCADO FRITO CON ENSALADA DE PIMIENTOS
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA CASTELLANA
ENSALADA DE JUDÍAS VERDES CON BERENJENAS
YOGUR

VIERNES

SALMOREJO DE REMOLACHA
SALCHICHAS ENCEBOLLADAS CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE PICADILLO
REVUELTO DE VERDURAS Y CROQUETAS
YOGUR

SÁBADO

GAZPACHUELO
PESCADO AL HORNO CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRITAS
YOGUR

DOMINGO

ENSALADA MIXTA
PAELLA
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE CALABAZA
SAN JACOBOS CON PURÉ DE PATATAS
YOGUR

SEMANA 2

ALMUERZO

CENA

LUNES

POTAJE DE JUDÍAS VERDES
POLLO AL AJILLO CON PATATAS FRITAS
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE ZANAHORIAS
TORTILLA DE PATATAS, PICADILLO DE TOMATE Y
JAMÓN COCIDO
YOGUR

MARTES

GAZPACHO
ENSALADA DE PASTA
FRUTA DEL TIEMPO

CONSOMÉ
SALCHICHAS CON ENSALADA
YOGUR

MIÉRCOLES

LENTEJAS
PESCADO EN SALSA VERDE CON COLIFLOR ALIÑADA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE PESCADO
PECHUGA DE POLLO EN SALSA CON VERDURAS
YOGUR

JUEVES

CREMA DE CALABACÍN
PINCHITO CON PISTO
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE FIDEOS
PALITOS DE MERLUZA CON ENSALADA
YOGUR

VIERNES

ENSALADA TROPICAL
MINIHAMBURGUESAS CON PATATAS FRITAS
FRUTA DEL TIEMPO

CONSOMÉ CON PICATOSTE
LOMO ADOBADO CON ARROZ TRES DELICIAS
YOGUR

SÁBADO

CAZUELA DE PATATAS CON CARNE
POLLO ASADO CON TEMPURA DE VERDURAS
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE ESTRELLITAS
TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS
YOGUR

DOMINGO

ENSALADA MIXTA
PAELLA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA CASTELLANA
PIZZAS
YOGUR

SEMANA 3

ALMUERZO

CENA

LUNES

PORRA
PESCADO AL HORNO CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE VERDURAS
MAGRO CON TOMATE Y ENSALADA
YOGUR

MARTES

ENSALADA MIXTA
LASAÑA
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE PICADILLO
RISOTTO DE BONIATO CON QUESO Y CHAMPIÑONES
YOGUR

MIÉRCOLES

ENSALADA MIXTA
ESTOFADO CON PATATAS FRITAS
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE CALABAZA
CROQUETAS CON ENSALADA
YOGUR

JUEVES

LENTEJAS
BOQUERONES FRITOS CON ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE FIDEOS
CINTA DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA
YOGUR

VIERNES

ENSALADA DE GARBANZOS
PATATAS ALIÑADAS CON MINIHAMBURGUESAS
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA CASTELLANA
TORTILLA DE PATATAS CON VERDURAS
YOGUR

SÁBADO

EMBLANCO
POLLO EN SALSA CON PATATAS AL AJILLO
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTE
PALITOS DE MERLUZA CON ENSALADA
YOGUR

DOMINGO

ENSALADA MALAGUEÑA
FIDEUÁ
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE PESCADO BLANCO
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON ENSALADA
YOGUR

SEMANA 4

ALMUERZO

CENA

LUNES

GAZPACHUELO

POLLO AL CURRY CON PATATAS COCIDAS

FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE ESTRELLITAS

ENSALADILLA DE JUDÍAS VERDES CON QUESO BLANCO Y JAMÓN COCIDO

YOGUR

MARTES

PORRA ANTEQUERANA

PISTO MANCHEGO CON HUEVO FRITO Y ARROZ BLANCO

FRUTA DEL TIEMPO

CONSOMÉ CON PICATOSTE

TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA

YOGUR

MIÉRCOLES

EMBLANCO

MAGRO CON TOMATE Y ENSALADA

FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE PICADILLO

PESCADO AL HORNO EN SALSA MARINERA CON PURÉ DE PATATAS

YOGUR

JUEVES

ENSALADA CÉSAR

HUEVOS CON PATATAS FRITAS

FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE VERDURA

CROQUETAS CON ENSALADA

YOGUR

VIERNES

HABICHUELAS

EMPANADILLAS CON ENSALADA MIXTA

FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE FIDEOS

ALBÓNDIGAS CON TOMATE Y ENSALADA

YOGUR

SÁBADO

GAZPACHO

MACARRONES A LA BOLOÑESA

FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE ZANAHORIAS

PIPIRRANA Y TORTILLA DE PATATAS

FRUTA DEL TIEMPO

DOMINGO

ENSALADA MIXTA

PAELLA

FRUTA DEL TIEMPO

CONSOMÉ

TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA

YOGUR

SEMANA 5

ALMUERZO

CENA

LUNES

SALMOREJO
PESCADO FRITO CON ENSALADA DE PIMIENTO
FRUTA DEL TIEMPO

SOPA DE VERDURAS CON ARROZ
TORTILLA FRANCESA CON BERENJENAS
YOGUR

MARTES

ENSALADA DE GARBANZOS
MINIHAMBURGUESAS CON SALSA DE MOSTAZA CON
VERDURAS
FRUTA DEL TIEMPO

CREMA DE CALABAZA
LOMO A LA JARDINERA CON ENSALADA
YOGUR