

		DÍA 1				DÍA 2				DÍA 3											
		Judías verdes con tomate (judías verdes y salsa de tomate)				Arroz caldoso con choco (arroz, verduras y papa de calamar)				Lentejas con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo)											
		Filete de caballa en aceite				Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)				Abadejo al horno (pescado, ajo y cebolla)											
		Ensalada de lechuga y zanahoria				Tomate natural				Ensalada variada											
V.N.		648,90	39,01	28,21	60,65	743,95	31,16	20,20	109,41	694,46	36,99	24,41	84,52								
Propuesta Cenas		Fruta, Pan integral, Agua y Yogur*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*											
		Pasta + Jamón + Fruta				Verdura + Huevo + Lácteo				Verdura + Carne + Fruta											
		DÍA 6				DÍA 7				DÍA 8				DÍA 9				DÍA 10			
		Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate y huevo cocido)				Sopa de cocido (caldo de ave y fideos)				Macarrones con tomate y chorizo (pasta, salsa de tomate y chorizo)				Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)				Crema ecológica hortelana (calabaza, patata, zanahoria, puerro y cebolla)			
		Caella en salsa de adobo (pescado, pimentón y vinagre)				Cocido completo (garbanzos, col, chorizo, ternera y pollo)				Tortilla de patata con cebolla				Marrajo finas hierbas (pescado, tomillo, orégano y perejil)				Albóndigas caseras encebolladas (carne de pollo, cebolla y ajo)			
		Ensalada de lechuga y zanahoria				Ensalada variada				Ensalada de tomate				Patatas al vapor							
V.N.		701,59	24,98	18,20	111,70	654,18	38,83	19,00	85,20	758,03	20,08	23,60	113,84	591,06	30,08	18,32	79,23	615,19	19,51	28,59	76,97
Propuesta Cenas		Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan integral, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Yogur*				Fruta, Pan, Agua y Leche*			
		Verdura + Carne + Lácteo				Verdura + Pescado + Fruta				Verdura + Carne + Lácteo				Arroz + Ave + Fruta				Verdura + Huevo + Fruta			
		DÍA 13				DÍA 14				DÍA 15				DÍA 16				DÍA 17			
		Paella de verduras (arroz, guisantes, judías verdes y alcachofa)				Potaje de alubias (legumbre, zanahoria y patata)				Lacitos tricolor con tomate y queso (pasta, queso y salsa de tomate)				Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)				FESTIVO			
		Tortilla francesa				Bacalao con tomate (pescado y salsa de tomate)				Lomo de cerdo adobado al horno				Limanda al horno (pescado, ajo y cebolla)							
		Tomate natural				Judías verdes al vapor				Ensalada variada				Ensalada variada							
V.N.		631,74	15,20	17,12	105,18	718,82	32,24	23,03	97,26	801,34	29,52	25,70	107,80	581,70	31,02	17,15	78,97				
Propuesta Cenas		Fruta, Pan, Agua y Yogur*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan integral, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*							
		Verdura + Carne + Lácteo				Arroz + Ave + Fruta				Verdura + Pescado + Lácteo				Verdura + Carne + Fruta							
		DÍA 20				DÍA 21				DÍA 22				DÍA 23				DÍA 24			
		Sopa de cocido (caldo de ave y fideos)				Coditos con tomate (pasta y salsa de tomate)				Alubias con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo)				Arroz con tomate (arroz y salsa de tomate)				Crema ecológica de boniato (patata, boniato, zanahoria, calabaza y cebolla)			
		Cocido completo (garbanzos, col, chorizo, ternera y pollo)				Limanda a la riojana (pescado, pimiento, cebolla y tomate triturado)				Tortilla de patata con calabacín				Salmón empanado en filetes (pescado azul, pan rallado y harina)				Hamburguesa de vacuno al horno			
		Ensalada variada				Ensalada variada				Ensalada de lechuga y zanahoria				Ensalada variada				Patatas al vapor			
V.N.		654,18	38,83	19,00	85,20	697,47	26,60	18,10	105,72	647,79	24,45	19,99	96,61	716,99	19,22	15,58	127,51	626,74	22,92	18,79	73,41
Propuesta Cenas		Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan integral, Agua y Yogur*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*			
		Verdura + Pescado + Lácteo				Verdura + Carne + Fruta				Patata + Pescado + Fruta				Pasta + Verdura + Fruta				Verdura + Huevo + Lácteo			
		DÍA 27				DÍA 28				DÍA 29				DÍA 30				DÍA 31			
		Cazuela de patatas con carne (patatas, ternera y verduras)				Potaje de lentejas con calabaza (legumbre, calabaza y patata)				Crema ecológica de champiñones (champiñón, cebolla y puerro)				Alubias blancas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)				Espaguetis con tomate y queso (pasta, salsa de tomate y queso rallado)			
		Cazón en salsa (pescado, ajo y cebolla)				Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)				Lomo de cerdo adobado al horno				Abadejo en salsa verde (pescado, pimiento verde y cebolla)				Tortilla de patata con cebolla			
		Tomate natural				Ensalada variada				Arroz pilaf				Menestra al vapor				Ensalada de tomate			
V.N.		667,46	35,91	23,99	77,30	727,80	35,02	24,14	93,44	613,41	23,64	22,96	77,31	590,53	32,97	16,93	79,19	747,94	19,52	23,67	115,33
Propuesta Cenas		Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Yogur*				Fruta, Pan integral, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*				Fruta, Pan, Agua y Leche*			
		Verdura + Ave + Lácteo				Patata + Pescado + Fruta				Pasta + Huevo + Fruta				Verdura + Carne + Fruta				Arroz + Pescado + Lácteo			

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Proteínas / Lípidos / Hidratos Carbono

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. El agua servida será embotellada

1 VASO DE LECHE: 130 Kcal, 6,6 g de Lípidos, 7,4 g de Proteínas y 10 g de Hidratos de carbono; 1 YOGUR: 105 Kcal, 2,4 g de Lípidos, 3,8 g de Proteínas y 16,1 g de Hidratos de carbono

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

	DÍA 1		DÍA 2		DÍA 3	
		Judías verdes con tomate (judías verdes y salsa de tomate)	Arroz caldoso con choco (arroz, verduras y pota de calamar)	Lentejas con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo)		
		Filete de caballa en aceite	Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)	Abadejo al horno (pescado, ajo y cebolla)		
		Ensalada de lechuga y zanahoria	Tomate natural	Ensalada variada		
		Fruta, Pan integral, Agua y Yogur	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche		
Propuesta Cenas		Pasta + Jamón + Fruta	Verdura + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta		
	DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8	
	Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate y huevo cocido)	Sopa de cocido (caldo de ave y fideos)	Macarrones con tomate y chorizo (pasta, salsa de tomate y chorizo)	Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)	Crema ecológica hortelana (calabaza, patata, zanahoria, puerro y cebolla)	
	Caella en salsa de adobo (pescado, pimentón y vinagre)	Cocido completo (garbanzos, col, chorizo, ternera y pollo)	Tortilla de patata con cebolla	Marrajo finas hierbas (pescado, tomillo, orégano y perejil)	Albóndigas caseras encebolladas (carne de pollo, cebolla y ajo)	
	Ensalada de lechuga y zanahoria	Fruta, Pan, Agua y Leche	Ensalada variada	Ensalada de tomate	Patatas al vapor	
	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan integral, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Yogur	Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Arroz + Ave + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta	
	DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15	
	Paella de verduras (arroz, guisantes, judías verdes y alcachofa)	Potaje de alubias (legumbre, zanahoria y patata)	Lacitos tricolor con tomate y queso (pasta, queso y salsa de tomate)	Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		
	Tortilla francesa	Bacalao con tomate (pescado y salsa de tomate)	Lomo de cerdo adobado al horno	Limanda al horno (pescado, ajo y cebolla)		FESTIVO
	Tomate natural	Judías verdes al vapor	Ensalada variada	Ensalada variada		
	Fruta, Pan, Agua y Yogur	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan integral, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche		
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Lácteo	Arroz + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta		
	DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22	
	Sopa de cocido (caldo de ave y fideos)	Coditos con tomate (pasta y salsa de tomate)	Alubias con chorizo (legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo)	Arroz con tomate (arroz y salsa de tomate)	Crema ecológica de boniato (patata, boniato, zanahoria, calabaza y cebolla)	
	Cocido completo (garbanzos, col, chorizo, ternera y pollo)	Limanda a la riojana (pescado, pimiento, cebolla y tomate triturado)	Tortilla de patata con calabacín	Salmón empanado en filetes (pescado azul, pan rallado y harina)	Hamburguesa de vacuno al horno	
	Fruta, Pan, Agua y Leche	Ensalada variada	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada variada	Patatas al vapor	
	Verdura + Pescado + Lácteo	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan integral, Agua y Yogur	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Patata + Pescado + Fruta	Pasta + Verdura + Fruta	Verdura + Huevo + Lácteo	
	DÍA 27		DÍA 28		DÍA 29	
	Cazuela de patatas con carne (patatas, ternera y verduras)	Potaje de lentejas con calabaza (legumbre, calabaza y patata)	Crema ecológica de champiñones (champiñón, cebolla y puerro)	Alubias blancas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)	Espaguetis con tomate y queso (pasta, salsa de tomate y queso rallado)	
	Cazón en salsa (pescado, ajo y cebolla)	Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)	Lomo de cerdo adobado al horno	Abadejo en salsa verde (pescado, pimienta verde y cebolla)	Tortilla de patata con cebolla	
	Tomate natural	Ensalada variada	Arroz pilaf	Menestra al vapor	Ensalada de tomate	
	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Yogur	Fruta, Pan integral, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche	Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Fruta	Verdura + Carne + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	
	DÍA 30		DÍA 31		DÍA 31	

LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. El agua servida será embotellada

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

	DÍA 1		DÍA 2		DÍA 3					
	Judías verdes con tomate (judías verdes y salsa de tomate)		Arroz caldoso con choco (arroz, verduras y pota calamar)		Lentejas con verduras (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)					
	Filete de caballa en aceite		Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)		Abadejo al horno (pescado, ajo y cebolla)					
	Ensalada de lechuga y zanahoria		Tomate natural		Ensalada variada					
	Fruta, Pan integral, Agua y Yogur de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja					
Propuesta Cenas	Pasta + Jamón + Fruta		Verdura + Pescado + Postre s/l		Verdura + Carne + Fruta					
	DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8		DÍA 9		DÍA 10	
	Arroz con tomate (arroz y salsa de tomate)		Garbanzos estofados (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		Macarrones con tomate y verduras (pasta, tomate frito, berenjena y champiñón)		Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		Crema ecológica hortelana (calabaza, patata, zanahoria, puerro y cebolla)	
	Caella en salsa de adobo (pescado, pimentón y vinagre)		Ternera a la jardinera (carne, zanahoria y guisantes)		Pollo al ajillo (carne de pollo, ajo y perejil)		Marrajo finas hierbas (pescado, tomillo, orégano y perejil)		Albóndigas caseras encebolladas (carne de pollo, cebolla y ajo)	
	Ensalada de lechuga y zanahoria		Ensalada variada		Ensalada variada		Ensalada de tomate		Patatas al vapor	
	Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan integral, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Yogur de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja	
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Postre s/l		Verdura + Pescado + Fruta		Verdura + Jamón + Postre s/l		Arroz + Ave + Fruta		Verdura + Pescado + Fruta	
	DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15		DÍA 16		DÍA 17	
	Paella de verduras (arroz, guisantes, judías verdes y alcachofa)		Potaje de alubias (legumbre, zanahoria y patata)		Espaguetis con tomate (pasta y tomate frito)		Lentejas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		FESTIVO	
	Cinta de lomo de cerdo a la plancha		Bacalao con tomate (pescado y salsa de tomate)		Ternera marinada (carne de ternera, vinagre y pimentón)		Limanda al horno (pescado, ajo y cebolla)			
	Tomate natural		Judías verdes al vapor		Ensalada variada		Ensalada variada			
	Fruta, Pan, Agua y Yogur de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan integral, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja			
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Postre s/l		Arroz + Ave + Fruta		Verdura + Pescado + Postre s/l		Verdura + Carne + Fruta			
	DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22		DÍA 23		DÍA 24	
	Garbanzos con arroz (legumbre, arroz y zanahoria)		Macarrones con tomate (pasta y tomate frito)		Alubias con verduras (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		Arroz con tomate (arroz y salsa de tomate)		Crema ecológica de boniato (patata, boniato, zanahoria, calabaza y cebolla)	
	Merluza al horno (pescado, ajo y perejil)		Limanda a la riojana (pescado, pimiento, cebolla y tomate trit.)		Pavo marinado (carne de pavo, vinagre y pimentón)		Salmón en salsa de eneldo (pescado azul, ajo y eneldo)		Hamburguesa de vacuno al horno	
	Zanahorias al vapor		Ensalada variada		Ensalada de lechuga y zanahoria		Ensalada variada		Patatas al vapor	
	Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan integral, Agua y Yogur de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja	
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Postre s/l		Verdura + Carne + Fruta		Patata + Pescado + Fruta		Pasta + Verdura + Fruta		Verdura + Ave + Postre s/l	
	DÍA 27		DÍA 28		DÍA 29		DÍA 30		DÍA 31	
	Cazuela de patatas con carne (patatas, ternera y verduras)		Potaje de lentejas con calabaza (legumbre, calabaza y patata)		Crema ecológica de champiñones (champiñón, cebolla y puerro)		Alubias blancas estofadas (legumbre, tomate, pimiento y cebolla)		Espaguetis con tomate (pasta y tomate frito)	
	Cazón en salsa (pescado, ajo y cebolla)		Pavo jardinera (carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)		Cinta de lomo a la plancha (carne de cerdo, ajo y perejil)		Abadejo en salsa verde (pescado, pimiento verde y cebolla)		Pollo al ajillo (carne de pollo, ajo y perejil)	
	Tomate natural		Ensalada variada		Arroz pilaf		Menestra al vapor		Ensalada de tomate	
	Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Yogur de soja		Fruta, Pan integral, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja		Fruta, Pan, Agua y Leche de soja	
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Postre s/l		Patata + Pescado + Fruta		Pasta + Ave + Fruta		Verdura + Carne + Fruta		Arroz + Pescado + Postre s/l	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. El agua servida será embotellada

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

		DÍA 1		DÍA 2		DÍA 3					
		Judías verdes con tomate <i>(judías verdes y salsa de tomate)</i>		Arroz caldoso con choco <i>(arroz, verduras y pota de calamar)</i>		Crema ecológica de zanahorias <i>(zanahoria y patata)</i>					
		Filete de caballa en aceite		Pavo jardinera <i>(carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)</i>		Abadejo al horno <i>(pescado, ajo y cebolla)</i>					
		Ensalada de lechuga y zanahoria		Tomate natural		Ensalada variada					
		Fruta, Pan integral, Agua y Yogur		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche					
Propuesta Cenas		Pasta + Jamón + Fruta		Verdura + Pescado + Lácteo		Verdura + Carne + Fruta					
		DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8		DÍA 9		DÍA 10	
		Arroz con tomate <i>(arroz y salsa de tomate)</i>		Garbanzos estofados <i>(legumbre, tomate, pimiento y cebolla)</i>		Macarrones con tomate y verduras <i>(pasta, salsa de tomate, berenjena y champiñón)</i>		Fideos con verduras <i>(pasta de arroz, tomate, pimiento y cebolla)</i>		Crema ecológica hortelana <i>(calabaza, patata, zanahoria, puerro y cebolla)</i>	
		Caella en salsa de adobo <i>(pescado, pimentón y vinagre)</i>		Ternera a la jardinera <i>(carne, zanahoria y guisantes)</i>		Pollo al ajillo <i>(carne de pollo, ajo y perejil)</i>		Marrajo finas hierbas <i>(pescado, tomillo, orégano y perejil)</i>		Albóndigas caseras encebolladas <i>(carne de pollo, cebolla y ajo)</i>	
		Ensalada de lechuga y zanahoria		Fruta, Pan, Agua y Leche		Ensalada variada		Ensalada de tomate		Patatas al vapor	
		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan integral, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Yogur		Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas		Verdura + Carne + Lácteo		Verdura + Pescado + Fruta		Verdura + Jamón + Lácteo		Arroz + Ave + Fruta		Verdura + Pescado + Fruta	
		DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15		DÍA 16		DÍA 17	
		Paella de verduras <i>(arroz, guisantes, judías verdes y alcachofa)</i>		Potaje de alubias <i>(legumbre, zanahoria y patata)</i>		Espaguetis con tomate <i>(pasta sin gluten y salsa de tomate)</i>		Fideos con verduras <i>(pasta de arroz, tomate, pimiento y cebolla)</i>		FESTIVO	
		Cinta de lomo de cerdo a la plancha		Bacalao con tomate <i>(pescado y salsa de tomate)</i>		Lomo de cerdo adobado al horno		Limanda al horno <i>(pescado, ajo y cebolla)</i>			
		Tomate natural		Judías verdes al vapor		Ensalada variada		Ensalada variada			
		Fruta, Pan, Agua y Yogur		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan integral, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche			
Propuesta Cenas		Verdura + Carne + Lácteo		Arroz + Ave + Fruta		Verdura + Pescado + Lácteo		Verdura + Carne + Fruta			
		DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22		DÍA 23		DÍA 24	
		Garbanzos con arroz <i>(legumbre, arroz y zanahoria)</i>		Macarrones con tomate <i>(pasta y salsa de tomate)</i>		Alubias con chorizo <i>(legumbre, tomate, pimiento, cebolla y chorizo)</i>		Arroz con tomate <i>(arroz y salsa de tomate)</i>		Crema ecológica de boniato <i>(patata, boniato, zanahoria, calabaza y cebolla)</i>	
		Merluza al horno <i>(pescado, ajo y perejil)</i>		Limanda a la riojana <i>(pescado pimiento, cebolla y tomate trit.)</i>		Pavo marinado <i>(carne de pavo, vinagre y pimentón)</i>		Salmón en salsa de eneldo <i>(pescado azul, ajo y eneldo)</i>		Hamburguesa de vacuno al horno	
		Zanahorias al vapor		Ensalada variada		Ensalada de lechuga y zanahoria		Ensalada variada		Patatas al vapor	
		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan integral, Agua y Yogur		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Lácteo		Verdura + Carne + Fruta		Patata + Pescado + Fruta		Pasta + Verdura + Fruta		Verdura + Carne + Lácteo	
		DÍA 27		DÍA 28		DÍA 29		DÍA 30		DÍA 31	
		Cazuela de patatas con carne <i>(patatas, ternera y verduras)</i>		Arroz con verduras <i>(arroz, calabaza, calabacín y zanahoria)</i>		Crema ecológica de champiñones <i>(champiñón, cebolla y puerro)</i>		Alubias blancas estofadas <i>(legumbre, tomate, pimiento y cebolla)</i>		Espaguetis con tomate <i>(pasta y salsa de tomate)</i>	
		Cazón en salsa <i>(pescado, ajo y cebolla)</i>		Pavo jardinera <i>(carne de pavo, tomate, guisantes y zanahoria)</i>		Lomo de cerdo adobado al horno		Abadejo en salsa verde <i>(pescado, pimiento verde y cebolla)</i>		Pollo al ajillo <i>(carne de pollo, ajo y perejil)</i>	
		Tomate natural		Ensalada variada		Arroz pilaf		Menestra al vapor		Ensalada de tomate	
		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Yogur		Fruta, Pan integral, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche		Fruta, Pan, Agua y Leche	
Propuesta Cenas		Verdura + Ave + Lácteo		Patata + Pescado + Fruta		Pasta + Ave + Fruta		Verdura + Carne + Fruta		Arroz + Pescado + Lácteo	

LÁCTEOS SIN HUEVO

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA. El agua servida será embotellada

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)