

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sem.1					
10 Ene-14 Ene	Sopa de letras con zanahoria AL:1,3	Potaje de garbanzos y acelgas	Brécol con patatas cocidas y ajadita	Crema de verduras	Patatas a la riojana AL:6,7,14
7 Feb-11 Feb	Paella de pescado, pollo y calamares	Milanesa napolitana con patatas al horno	Estofado casero de pollo	Hamburguesa casera con espirales al vapor	Colitas de bacalao a la romana con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
7 Mar-11 Mar	AL:4,11,14	AL:1,3,7,13	AL:14	AL:1,3,7,13	AL:1,3,4,14
04 Abr-08 Abr	Fruta	Yogur AL:7	Fruta	Yogur AL:7	Fruta
Sem.2					
17 Ene-21 Ene	Crema campera	Alubias vegetales	Spaguetti boloñesa AL:1,3,14	Sopa cous cous con espinacas AL:1,3	Lentejas estofadas con chorizo AL:1,6,7,14
14 Feb-18 Feb	Pizza artesana de tomate jamón y mozzarella	Tortilla española con ensalada de tomate y atún	Lomitos de borriquete en salsa con coliflor al horno	Jamón asado en su jugo con arroz al horno	Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate
14 Mar-18 Mar	AL:1,3,6,7,9	AL:3,14	AL:1,3,14	AL:14	AL:1,3,4,14
	Yogur AL:7	Fruta	Fruta	Fruta	Petit suisse AL:7
Sem.3					
24 Ene-28 Ene	Fideuá con pisto de verduras AL:1,3	Crema de calabacín	Caldo gallego de repollo	Sopa de estrellitas AL:1,3	Judías con ajada y huevo cocido
21 Feb-25 Feb	Lomo de cerdo a las finas hierbas con brécol al vapor	Pollo asado con patatas al horno	Merluza a la romana con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria	Albóndigas de la abuela en salsa de tomate con arroz al horno	Lasaña clásica de atún
21 Mar-25 Mar	AL:14	AL:14	AL:1,3,4,14	AL:1,3,7,13,14	AL:1,3,4,7
	Fruta	Yogur AL:7	Fruta	Yogur AL:7	Fruta
Sem.4					
31 Ene-4 Feb	Arroz con salsa de tomate y verduritas AL:14	Macarrones gratinados AL:1,3,7	Lentejas vegetales AL:1	Sopa jardinera con fideos AL:1,3,9	Crema de zanahoria
28 Feb-4 Mar	Filete de pollo en salsa de champiñones con judías al horno	Guiso de calamares con patata y verduritas	Tortilla paisana con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas	Guiso tradicional de ternera	Lomitos de borriquete a la romana con ensalada de lechuga y tomate
28 Mar-01 Abr	AL:14	AL:4, 14	AL:3,14	AL:14	AL:1,3,4,14
	Fruta	Chocolatina AL: 7,8	Fruta	Yogur AL:7	Fruta



Pablo Carral Mosquera

Técnico Especialista de Dietética y Nutrición

NRS: 26.015036/C