

Comidas - 2ª Semana.

//	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maiz	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido
	Cocido de garbanzos	Porrusalda con bacalao	Lentejas con chorizo	Calamares tinta con arroz blanco	Pasta boloñesa	Pote asturiano	Paella mixta
Segundo	Lomo adobado frito	Codillo guisado	Tortilla de patata	San Jacobo	Pollo guisado	Revuelto de gambas	Ternera gobernada
	Patatas y pimientos fritos	Jardinera	Salsas	Patatas fritas	Patatas fritas	Biscotes	Champiñon, guisante
Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Cremoso de Yogur	Queso y dulce	Yogur	Profiteroles
	Fruta	Fruta	Macedonia	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta

Cenas - 2ª Semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maiz	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja
	Canelones	Crema de guisantes	Sopa de piñones		Crema de gambas	Verduras a la parrilla	Sopa de atún
Segundo	Pescado a la romana	Flamenquines	Filete de pescado en salsa verde	Pizzas variadas	Huevos a la mimosa	Filete ruso de pollo	Sandwich variados
	limón, mahonesa, ali-oli	patatas fritas	Patatas panadera			Salsa de queso y patatas fritas	
Postre	Yogur	Cuajada con miel	Yogur	Chocolate con churros	Yogur	Flan	Yogur
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta

Comidas - 3ª Semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido	Lechuga, tomate, cebolla, soja, zanahoria, atún	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, espárragos, maiz	lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido	Lechuga, tomate, cebolla, soja, zanahoria, atún
	Garbanzos guisados	Menestra de verduras	Marmita de pescado	Macarrones con atún	Fabes pintas estofadas	Arroz con verduras y pollo	Sopa de marisco
Segundo	Muslo de pavo al horno	Huevos fritos, picadillo	Lomo asado a la sidra	Pollo al ajillo	Tortilla de patata	Pescado fresco en salsa	Cordero guisado
	Pimientos morrones	Patatas fritas	Guisantes		Salsas	Espárragos	Patatinos
Postre	Fruta	Cremoso de nata	Fruta	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Tarta
	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta

Cenas - 3ª Semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	Lechuga, tomate, cebolla, soja, zanahoria, atún	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, espárragos, maiz, brotes, atún, piña	lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido	Lechuga, tomate, cebolla, soja, zanahoria, atún	lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, huevo cocido
	Sopa de pasta		Sopa de ave	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Lasaña de verduras	Embutidos y quesos
Segundo	Churrasco	Hamburguesa	Filete de ternera	Criollo con patatas y pimientos	Pizzas variadas	Alitas de pollo	Cachopo
	Patatas fritas	Patatas fritas	Patatas fritas	Patatas panadera		Patatas fritas	Patatas fritas
Postre	Fruta	Fruta	Natillas, Bollería	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Yogur	Yogur	ColaCao, Fruta	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur

Comidas - 4ª Semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maíz, piña, aceitunas, atún
	Pasta con chorizo	Lentejas estofadas	Judías verdes guisadas	Arroz a la cubana	Pote asturiano	Sopa de pescado	
Segundo	Callos	Ternera guisada	Filete de cerdo, criollos	Pollo guisado	Muslo de pavo	Jamón asado	Fabada
	Patatas fritas	Patatas fritas	Patatas fritas	A la jardinera	Pimientos	Patatas fritas	
Postre	Fruta	Melocotón en almíbar	Queso y dulce	Fruta	Yogur	Fruta	Arroz con leche
	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta

Cenas - 4ª Semana.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Primero	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja	Lechuga, tomate, cebolla, atún, aceitunas, piña	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maíz, piña, aceitunas, atún	Lechuga, tomate, cebolla, arroz, espárragos, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria, soja, maíz	Lechuga, tomate, cebolla, pasta, piña, soja
	Sopa de pasta	Verduras con jamón	Crema de verduras		Sopa de tomate	Embutidos y fiambres	Crema de marisco
Segundo	Tortilla rellena	Chistorra frita	Cachopo de lomo	Costillas asadas	Escalope de cerdo	Pollo al ajillo	Merluza en salsa marinera
	Salsas	Patatas y pimientos fritos	Patatas fritas	Patatas fritas	Patatas fritas	Patatas fritas	Guisantes
Postre	Cuajada con miel	Fruta	Fruta	Fruta, ColaCao	Fruta	Mousse	Fruta
	Fruta	Yogur	Yogur	Bollería / Yogur	Yogur	Fruta	Yogur

