

MENÚ MENSUAL Estricto



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

04-mar	04-feb 01-abr
Sopa campesina	
Tortilla francesa con ensalada italiana	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

08-ene 05-mar	05-feb 02-abr
Crema de acelgas con quesito	
Pollo al horno con papas	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

09-ene 06-mar	06-feb 03-abr
Puchero	
Bistec de cerdo y arroz	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

10-ene 07-mar	07-feb 04-abr
Ensalada de rabanillo	
Fletan a la plancha con papas arrugadas y mojo verde	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

11-ene 08-mar	08-feb 05-abr
Potaje de verduras con gofio	
Paella vegetal	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

14-ene 11-mar	11-feb 08-abr
Potaje de lentejas con gofio	
Salteado de pollo con papas	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

15-ene 12-mar	12-feb 09-abr
Ensalada de frutas	
Coditos con verduras	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

16-ene 13-mar	13-feb 10-abr
Sopa de picadillo	
Lomo asado con papas cocidas	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

17-ene 14-mar	14-feb 11-abr
Crema cuatro estaciones	
Tortilla francesa con perejil con ensalada de melocotón	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

18-ene 15-mar	15-feb 12-abr
Potaje de garbanzos con gofio	
Filete de fogonero a la plancha con papitas al ajillo	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

21-ene 18-mar	18-feb
Potaje de espinacas con gofio	
Espirales con verduras	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

22-ene 19-mar	19-feb
Ensalada china	
Pollo al horno con papas cocidas	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

23-ene 20-mar	20-feb
Potaje de judías blancas	
Arroz tres delicias con taquitos de jamón	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

24-ene 21-mar	21-feb
Crema de calabaza con queso	
Lomo adobado con papas cocidas	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

25-ene 22-mar	22-feb
Sopa de fideos	
Fogonero a la plancha con ensalada variada	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

28-ene 25-mar	25-feb
Potaje de judías pintas	
Macarrones con verduras	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

29-ene 26-mar	26-feb
Sopa de letras	
Pechuga de pollo con ensalada de tomate, atún, millo y aceitunas	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

30-ene 27-mar	27-feb
Potaje de coles con gofio	
Arroz con huevo y papas	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

31-ene 28-mar	28-feb
Crema de calabacín, batata y ñame	
Bistec de cerdo con champiñones salteados	
Lácteo. Pan blanco ó integral, Agua	

01-feb 29-mar	01-mar
Potaje de berros con gofio	
Pescado al horno con ensalada mixta	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	