


LUNES	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	<b>FESTIVO</b>	Guiso de alubias blancas con verduras Boquerones rebozados (1,2,3,4,7,14) con lechuga y tomate Yogur (7)	Patatas en salsa verde (1,12) Muslos de pollo (12)	Crema con calabaza ecológica Huevos revueltos con pavo (3,6) con patatas fritas
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Menestra (judía verde, colif., zanah., guisan.) Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) Yogur (7)	Espaguetis con tomate (1,3) Limanda al horno (4,12) con lechuga y pepino	Sopa (msl) (1,3) Cocido completo; garbanzos, patata, zanahoria pollo	Arroz blanco con tomate frito Salchichas de ave frescas asadas (1,3,12)	Judías pintas estofadas con zanahoria Tortilla de patata con cebolla (3) con lechuga y tomate
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Crema de zanahoria con patata ecológica Platija con patata (4) con lechuga y pepino	Guisantes rehogados Contra de pollo en salsa con patata panadera Yogur (7)	Fideuá (judías, pimientos, cebolla) (1,3) Palometa en sala con tomate (4)	Lentejas guisadas con verduras Tortilla con queso (3,7) Lechuga y pepinillos (12)	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Macarrones con tomate (1,3) Albóndigas de pollo (específicos)	Garbanzos guisados con verduras Medallones de salmón en salsa (1,2,3,4,7,14) Petit suisse	Crema con calabaza ecológica Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) con patatas fritas	Paella (msl) (4) Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) con lechuga y zanahoria	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa casera (3) con rueda de tomate
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES	VIERNES
Patatas guisadas con arroz Bacalao rebozado (1,4) con ensalada de lechuga y cebolla	Crema de legumbres Alitas de pollo fritas (12) con calabacín rebozado (2,4,7,14)	Verduras rehogadas (patata, zanah., guisan., judía a verde) Pescado blanco (4) Yogur (7)		



La cena debe complementar la comida escolar, aportando entre el 25-30% de la energía diaria.  
Debe ser ligera y no muy grasa para no alterar el sueño del niño.  
Preferible preparar pescado azul, ya que al tener más espinas, no se suele ofertar en el comedor.

