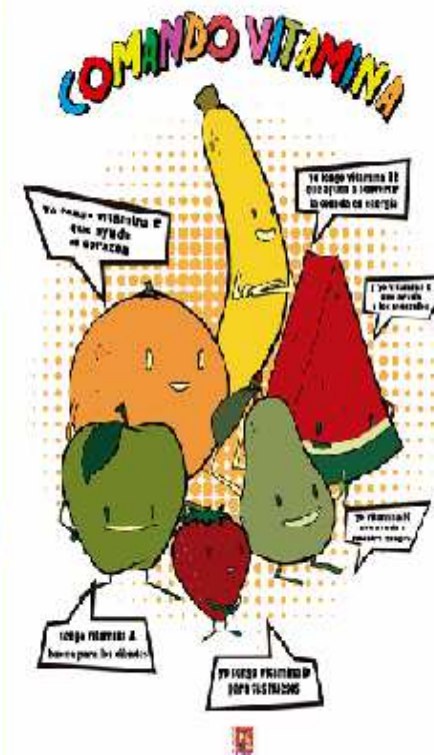


MENÚ SIN CERDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Patatas guisadas con arroz Merluza empanada (1,2,3,4,7,14) con lechuga y zanahoria	Crema de hortalizas (acelg., zanah.,cebo.) Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) Rueda de tomate Yogur (7)	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa casera (3) Rueda de tomate
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Fideuá (judías,pimientos,cebolla) (1,3) Palometa en sala con tomate (4) Yogur (7)	Brécol gratinado (1,6,7) Albóndigas de pollo (específicos) (12)	Lentejas guisadas con verduras Croqueta de bacalao (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Lechuga y pepinillos (12)	Menestra (judía verde,colif.,zanah.,guisan.) Muslitos de pollo en pepitoria (patata,cebolla,huevo) (1,3,6,11)	Judías pintas estofadas con zanahoria Tortilla de patata con cebolla (3) con ensalada de lechuga y soja (6)
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Coditos al gratín (1,3,7) Merluza al horno (4)	Sopa (msl) (1,3) Cocido completo; garbanzos, patata, zanahoria pollo	Paella Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) con lechuga y zanahoria	Comida Especial Jueves Lardero Tortilla de patata (3) Yogur (7)	Guisantes salteados Empanadillas de atún (1,2,3,4,6,7,9,14) Patatas fritas
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
FESTIVO	FESTIVO	Calabacín a la crema (7) Contra de pollo en salsa con arroz pilaf Yogur (7)	Lentejas guisadas con verduras Boquerones rebozados (1,2,3,4,7,14) Rueda de tomate	Arroz blanco con tomate frito Huevos revueltos con calabacín (3) Lechuga y pepinillos (12)
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Judías verdes al ajillo Canelones de atún (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Yogur (7)	Crema de alubias y verdura Salchichas de ave con tomate frito (1,3,12) Patatas fritas			



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.

