

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
30	31	1	2	3
6	7 - Crema de calabacín y puerros v1 - Pavo al horno - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico	8 - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria - Espirales con salsa de tomate v.1 - Huevo duro v1 - Fruta:pera - Pan blanco ecológico	9 - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta:naranja - Pan ecológico integral 100%	10 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Cus cus hervido - Fruta:pera - Pan blanco ecológico
13 - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Pollo al horno - Salteado de calabacín y champiñones - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico	14 - Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz - Macarrones con tomate, ternera y queso - Fruta:manzana - Pan blanco ecológico	15 - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Judías verdes salteadas con refrito de ajo y pimentón - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Fruta:pera - Pan blanco ecológico	16 - Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tomate aliñado - Fruta:mandarina - Pan ecológico integral 100%	17 - Arroz hervido con tomate - Hamburguesa de ternera 100% al horno - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta:manzana - Pan blanco ecológico
20 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Pavo al horno - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico	21 - Ensalada de lechuga, maíz, tomate, zanahoria y queso fresco - Pasta con tomate - Fruta:manzana - Pan blanco ecológico	22 - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta:naranja - Pan blanco ecológico	23 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Contramuslo de pollo al horno con salsa de tomate - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan ecológico integral 100%	24 - Arroz guisado con pollo v.1 - Omelet - Lechuga aliñada - Fruta:mandarina - Pan blanco ecológico
27 - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - Judías verdes con tomate - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico	28 - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Lacitos con tomate, berenjena y queso v.1 - Fruta:manzana - Pan blanco ecológico	29 - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Omelet - Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca - Fruta:naranja - Pan blanco ecológico	30 - Ensalada de lechuga, pepino, zanahoria, maíz y queso fresco - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate - Arroz hervido v.1 - Fruta:manzana - Pan ecológico integral 100%	31 - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Salteado de calabacín y champiñones - Fruta:pera - Pan blanco ecológico

F. Cáscara / Apio / Mostaza / Sésamo / SO2 / Moluscos / Altramuces / Gluten / Crustáceos / Huevos / Pescados / Cacahuets / Soja / Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)