



Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<b>10</b> Macarrones a la napolitana Solomillo de pollo rebozado. Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta
<b>13</b> Espaguetis a la carbonara Croquetas de cocido Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta	<b>14</b> Crema de verduras de temporada y legumbre Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta	<b>15</b> Sopa de caldo de gallina y pollo Merluza con rebozado casero. Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta	<b>16</b> Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumos  <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta	<b>17</b> Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta
<b>20</b> Pasta de Verano (lazos de pasta, tomate, maíz, atún y aceitunas) San Jacobo de jamón y queso. Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta	<b>21</b> Guiso de lentejas con verduras Hamburguesa mixta a la plancha. Ensalada César (lechuga, crostones, queso, salsa César) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta	<b>22</b> Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y llimpuga / Fruta	<b>23</b> Farfalle 4 quesos Tortilla a la francesa Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumos  <b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y cuscús / Fruta	<b>24</b> Arroz con tomate Merluza con rebozado casero. Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta
<b>27</b> Guiso de lentejas con verduras Albóndigas de carne mixta. Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y tortilla con ensalada / Fruta	<b>28</b> Espagueti a la piazzola (verduras, tomate, aceitunas negras) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta	<b>29</b> Paella de verduras Merluza con rebozado casero. Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada  <b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta	<b>30</b> Crema de verduras de temporada y legumbre Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zumos  <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta	





Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana (sin gluten) Solomillo de pollo rebozado (sin gluten) Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (sin gluten) Croquetas de cocido (sin gluten). Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos alubias Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo (sin gluten) Merluza con rebozado casero (sin gluten) Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) (sin gluten) San Jacobo de jamón y queso (sin gluten) Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de garbanzos con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha. Ensalada César (lechuga, crostones sin gluten, queso, salsa César) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y llampuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Farfalle 4 quesos Tortilla a la francesa Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y quinoa / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Merluza con rebozado casero (sin gluten). Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso o puré de garbanzos con verduras y patata Albóndigas de carne mixta. Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y tortilla con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis a la piazola (verduras, salsa de tomate, aceitunas negras) (sin gluten) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero (sin gluten) Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos o alubias Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	





Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana Solomillo de pollo rebozado (sin huevo) Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara Croquetas de cocido Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo Merluza con rebozado casero (sin huevo) Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor (con harina de garbanzos) / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Merluza con rebozado casero (sin huevo) Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) Pavo empanado (sin huevo) Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada tipo César (lechuga, crostones, queso sin huevo) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pavo a la plancha con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y llimpuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Farfalle 4 quesos (quesos sin huevo) Pollo a la plancha Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y cuscús / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Merluza con rebozado casero (sin huevo) Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras Albóndigas de carne mixta. Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y lenguado con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espagueti a la piazzola (verduras, tomate, aceitunas negras) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero (sin huevo) Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Cuscús con verduras y frutos secos / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	





Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana Solomillo de pollo rebozado. Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la napolitana Lomo empanado Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras y legumbre (sin leche) Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo Merluza con rebozado casero Patata panadera al horno y salsa de verduras Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas (mozzarella de soja) / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) Pavo empanado Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha (sin leche) Ensalada con crostones (lechuga, tomate, zanahoria) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria (sin leche) Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y llampuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Pasta a la napolitana Tortilla a la francesa Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y cuscús / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz de pescado Merluza con rebozado casero Verduras salteadas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada (mozzarella de soja) / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Albóndigas de carne mixta (sin leche) Salsa de tomate, verduras y arroz Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y tortilla con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis a la piazolla (verduras, salsa de tomate, aceitunas negras) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón (sin leche) y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero. Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras y legumbre (sin leche) Pollo al curry con patata (sin leche) Fruta de temporada o Zumos</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	





Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana Solomillo de pollo rebocado. Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara Croquetas de cocido Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y cebolla / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo Filete de pavo empanado Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de carne y verduras Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate, sal Fruta de temporada o Zummo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y alubias pintas / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz y aceitunas) San Jacobo de jamón y queso. Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de verduras al horno con patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha. Ensalada tipo César (lechuga, crostones, queso) (sin salsa) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y lomo a la plancha / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Farfalle 4 quesos Pollo a la plancha Ensalada variada con aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zummo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y cuscús / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Tortilla a la francesa Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras Albóndigas de carne mixta. Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Purè de verduras y tortilla con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espagueti a la piazzola (verduras, tomate, aceitunas negras) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Tortilla a la francesa con queso Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zummo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y lomo empanado con ensalada / Fruta</p>	





Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana Solomillo de pollo rebozado. Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (sin proteína de soja) Lomo empanado Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo Merluza con rebozado casero. Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) San Jacobo de jamón y queso (sin proteína de soja). Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha (sin proteína de soja) Ensalada César (lechuga, crostones, queso, salsa César) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y liampuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Farfalle 4 quesos Tortilla a la francesa Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y cuscús / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Merluza con rebozado casero. Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso de lentejas con verduras y patata Albóndigas de carne mixta (sin proteína de soja). Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y tortilla con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis a la piazzola (verduras, salsa de tomate, aceitunas negras) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón (sin proteína de soja) y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de lentejas con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero. Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y legumbre Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	





sin gluten



sin huevo

Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana (sin gluten) Solomillo de pollo rebozado (sin gluten) (sin huevo). Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (sin gluten) Croquetas de cocido (sin gluten). Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos alubias Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo (sin gluten) Merluza con rebozado casero (sin gluten) (sin huevo). Patata panadera al horno y salsa de verduras Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor (con harina de garbanzos) / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Merluza con rebozado casero (sin gluten) (sin huevo). Ensalada variada con queso fresco (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) (sin gluten) Pavo empanado (sin huevo). Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de garbanzos con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha Ensalada tipo César (lechuga, crostones sin gluten, queso sin huevo) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y liampuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Pasta 4 quesos (sin gluten) (quesos sin huevo) Pollo a la plancha Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y quinoa / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Merluza con rebozado casero (sin gluten) (sin huevo). Verduras salteadas Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso o puré de garbanzos con verduras y patata Albóndigas de carne mixta. Salsa de tomate, verduras y arroz Yogur o fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y lenguado con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis a la piazzola (verduras, salsa de tomate, aceitunas negras) (sin gluten) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de guisantes con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero (sin gluten) (sin huevo). Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quinoa con verduras y frutos secos / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos o alubias Pollo al curry con patata Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	





sin gluten



sin leche

Menú consensuado con Jefe de cocina, Dirección y María Colomer

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p><b>10</b></p> <p>Macarrones a la napolitana (sin gluten) Solomillo de pollo rebozado (sin gluten) Ensalada variada con maíz (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Coca de verduras con sardinas / Fruta</p>
<p><b>13</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (sin gluten) Lomo empanado (sin gluten). Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate cherry) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos o alubias (sin leche) Pechuga de pollo a la plancha. Ensalada de arroz (arroz, tomate, maíz, aceitunas y atún) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos con verduras y arroz / Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de caldo de gallina y pollo (sin gluten) Merluza con rebozado casero (sin gluten) Patata panadera al horno y salsa de verduras Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla de patata y coliflor / Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella ciega de pescado y marisco Magro de Cerdo con Tomate (cebolla, ajo, laurel, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de patata y gallo al horno / Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Ensalada de Garbanzos con patata, pimentón, atún y aceitunas Tortilla a la francesa Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria, tomate, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Quesadillas variadas (mozzarella de soja) / Fruta</p>
<p><b>20</b></p> <p>Pasta de verano (tomate, maíz, atún y aceitunas) (sin gluten) Pavo empanado Ensalada variada oriental (hojas variadas, zanahoria, brotes de soja) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de merluza al horno con puré de patata / Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Guiso de garbanzos con verduras y patata Hamburguesa mixta a la plancha (sin leche) Ensalada con crostones sin gluten (lechuga, tomate, zanahoria) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Huevos cocidos con arroz y verduras / Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de Zanahoria (sin leche) Estofado de pavo (ajo, cebolla, patata, zanahoria, pimienta) con patatas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de arroz y llampuga / Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Pasta a la napolitana (sin gluten) Tortilla a la francesa. Ensalada variada con atún y aceitunas (hojas variadas, remolacha, zanahoria, tomate) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Garbanzos salteados con verduras y quinoa / Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con tomate Merluza con rebozado casero (sin gluten) Verduras salteadas Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pizza casera variada (mozzarella de soja) / Fruta</p>
<p><b>27</b></p> <p>Guiso o puré de garbanzos con verduras y patata Albóndigas de carne mixta (sin leche) Salsa de tomate, verduras y arroz Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Puré de verduras y tortilla con ensalada / Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis a la piazzola (verduras, salsa de tomate, aceitunas negras) (sin gluten) Filete de pavo a la plancha. Ensalada variada con jamón (sin leche) y piña (hojas variadas, zanahoria, maíz) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Espirales de guisantes con cebolla y pimientos / Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>Paella de verduras Merluza con rebozado casero (sin gluten) Ensalada variada (hojas variadas, zanahoria rallada, tomate) Fruta de temporada</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Pastel de calabacín con salsa de tomate y pan / Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verduras de temporada y garbanzos o alubias (sin leche) Pollo al curry con patata (sin leche) Fruta de temporada o Zumo</p> <p><b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y calamares a la romana con ensalada / Fruta</p>	

