

Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de tomates y aceitunas	Ensalada de tomate y queso	Ensalada de lechuga, tomate y pepino	Ensalada de lechuga, maíz y pepino
Arroz a la cubana	Macarrones integrales con nata vegetal y bacon	Alubias pintas con zanahoria eco	Huevos rotos con jamón y patatas	Sopa de fideos
Huevo y salchichas	Merluza a la molinera	Croquetas mixtas al horno con pisto	Hamburguesa Mc Palau 	Pechuga a la plancha con salsa de champiñón
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Natillas	Fruta natural
Crema de verduras + pescado + fruta	Ensalada mixta + hamburguesa + fruta	Salteado + tortilla francesa + lácteo	Guisante + jamón cocido + huevo	Crudites + hummus + fruta
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada murciana	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada César	Ensalada de lechuga, tomate y atún
Crema de zanahoria	Paella valenciana	Olla viuda con sus garbanzos y judías	Sopa de pescado	Canelones de verduras
Lomo en salsa de verduras	Fiambre variado	Tortilla de atún con quesitos	Jamonicos de pollo al horno con verduras de proximidad	Chispas con berenjenas a la miel
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
Salteado + tortilla francesa + lácteo	Quinoa + queso fresco + verduritas	Bastones de calabacín + pollo +fruta	Crema de verduras + pescado + fruta	Ensalada mixta + hamburguesa + fruta
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Ensalada de lechuga, tomate y pepino	Ensalada César	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada murciana	Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro
Pasta mediterránea	Habichuelas con verduras	Judías verdes con patata, zanahoria y jamón	Sopa minestrone	Guisado de costillar
Pescado al horno con pimiento y cebolla	Tortilla de patata con brócoli	Pechuga empanada con ensaladilla de marisco	Albóndigas en salsa de verduras y patatas	Merluza a la romana con verduras salteadas
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Lácteo
Guisante + jamón cocido + huevo	Bastones de calabacín + pollo +fruta	Crema de verduras + pescado + fruta	Crudites + hummus + fruta	Patatas al horno + verduritas + pechuguitas
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Ensalada de lechuga, maíz y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y olivas	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y atún	Ensalada de lechuga, tomate y queso
Arroz a la marinera	Lentejas estofadas	Espaguetis integrales a la boloñesa	Guisado de sepia	Puré de calabaza
Palitos de pescado al horno con verduras de proximidad	Tortilla de cebolla con puré de patata	Calamares en salsa	Hamburguesa con queso	Pollo al curry con salteado de champiñones
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
Crudites + hummus + fruta	Crema de verduras + pescado + fruta	Guisante + jamón cocido + huevo	Salteado + tortilla francesa + lácteo	Quinoa + queso fresco + verduritas