

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Ensalada murciana	Ensalada de tomates y aceitunas	Ensalada César	Ensalada de tomate y queso	Ensalada de lechuga, tomate y pepino
Paella con garrafó y pimientos	Macarrones integrales con nata vegetal y bacon	Sopa de fideos con garbanzos	Lentejas con zanahoria eco	Huevos rotos con jamón y patatas
Fiambre variado	Merluza a la molinera	Filete milanese con salsa de tomate cherry	Nuggets de pescado al horno con pisto	Hamburguesa Mc Palau
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Natillas
Crema de verduras + Revuelto	Mafing de calabacín salados	Crema de verduras + pescado + fruta	Patatas al horno + verduritas+ queso	Nuggest saludables + arbolitos brócoli
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Ensalada de lechuga, tomate y maíz	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada César	Ensalada de lechuga, tomate y atún, huevo
Crema de zanahoria con legumbres y picatostes	Arroz a la cubana	Olla viuda con sus garbanzos y judías	Sopa de pescado	Canelones de verduras
Lomo en salsa de verduras	Huevo y salchichas	Tortilla de atún con quesitos	Jamoncitos de pollo al horno con verduras de proximidad y patatas asadas	Pescado con berenjenas a la miel
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
Bastones de calabacín + tortilla +fruta	Mafing de calabacín salados	Crema de verduras + Pollo al horno	Guisante + jamon cocido + huevo	Fajipizza
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
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 con queso	Habichuelas con verduras	Judías verdes con patata, zanahoria y jamón	Sopa minestrone con huevo duro	Guisado de magra con guisantes y zanahoria
Pescado al horno con pimienta 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
Quinoa + queso fresco + verduritas	Crema de verduras + pescado + fruta	Minipizzas de berenjena	Arbolitos de brócoli + Pollo al horno	Fajita+tomate+queso+jamon cocido
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
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
Crema Saint Germain con legumbres	Lentejas estofadas	Espaguetis integrales a la boloñesa con queso	Guisado de sepia	Arroz blanco
Tortilla de cebolla con ajos tiernos salteados	Pescado a la plancha con verduras de proximidad	Calamares en salsa	Alitas de pollo con salsa barbacoa	Pollo al curry con salteado de champiñones
Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural	Fruta natural
Arbolitos de brócoli + Pollo al horno	Minipizzas de berenjena	Bastones de calabacín + tortilla +fruta	Patatas al horno + verduritas+ queso	Quinoa + queso fresco + verduritas