




Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
FESTIVO 	Ensalada tomate, pepino y huevo Sopa de pescado Filete ruso con tomate natural Lácteo	Lechuga, tomate y jamón york Crema de zanahorias Lomo con pisto Fruta natural	Ensalada de lechuga, tomate y atún Garbanzos con chorizo y jamón Sepia rebozada con quesitos Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y pepino Migas caseras Huevo y salchichas Fruta natural
Verdura/carne/fruta	Verdura/Carne/fruta	Quinoa/queso/fruta	Verdura/Pescado/fruta	Puré/queso/fruta
Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	SEVILLANAS TORREVIEJA
Ensalada de lechuga, tomate y olivas Puré de verduras Alitas de pollo al horno Fruta natural	Ensalada César Lentejas a la jardinera Pan pizza Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y queso fresco Ternera estofada Figuritas de pescado al horno Fruta natural	Ensalada, lechuga, tomate y olivas Pasta con verduras de proximidad Tortilla francesa con jamón Fruta natural	 Ensalada de tomate, zanahoria y maíz Sopa de picadillo Merluza a la andaluza con patatas Bizcocho y jolé! 
Verdura/carne/fruta	Verdura/tortilla/fruta	Verdura/hummus/fruta	Verdura/pescado/fruta	Quinoa/queso/fruta
Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Ensalada César Arroz a la cubana Salchichas con huevo frito Lácteo	Ensalada lechuga, tomate y maíz Potaje de alubias con verduras Hamburguesa con queso y champiñones Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y queso fresco Lasaña Tortilla de patatas Fruta natural	Ensalada de lechuga, tomate y queso Fideuá de marisco San Jacobo con ensaladilla Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y zanahoria Guiso de albóndigas Merluza en salsa marinera con guisantes salteados Lácteo
Verdura/Carne/fruta	Puré/hummus/fruta	Verdura/carne/fruta	Verdura/Pescado/fruta	Verdura/hummus/fruta
Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria Paella valenciana Entremeses variados Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y huevo duro Sopa de pescado Jamoncitos de pollo al horno en su jugo con patatas Fruta natural	Ensalada de lechuga tomate y jamón york Macarrones a la italiana gratinados Surtido de croquetas con verduras Fruta natural	Ensalada Lentejas caseras a la abuela Rollitos de jamón y queso Fruta natural	Ensalada murciana Hervido de zanahoria, patata y atún Pescado al horno con berenjena a la miel Lácteo
Verdura/carne/fruta	Puré/tortilla/fruta	Crema/carne/fruta	Verdura/pescado/fruta	Quinoa/queso/fruta
Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31		
Ensalada de lechuga, tomate y queso Crema de verduras Magra con tomate Fruta natural	Ensalada lechuga, tomate y maíz Espaguetis con salsa carbonara Filete de merluza a la siciliana Fruta natural	DÍA TEMÁTICO Encuesta INSTAGRAM @comedorcarmelitastorrevieja		
Crema/pescado/fruta	Verdura/carne/fruta			