

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Crema de calabaza con picatostes (calabaza, patata y cebolla)
- Longaniza de cerdo con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

Kcal.546,8 Lip.35,0 Prot.15,7 HC 42,3

- Fideua de marisco con mayonesa
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta del tiempo

Kcal.717,6 Lip.24,3 Prot.42,5 HC 82,3

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta (con verduras)
- Yogurt natural La Fageda

Kcal.550,2 Lip.27,8 Prot.16,0 HC 59,1

- Risotto de setas con champiñones y queso
- Lomo de salmón con salsa a las finas hierbas
- Fruta del tiempo

Kcal.640,2 Lip.21,1 Prot.30,1 HC 82,4

- Acelgas con patatas salteadas con dados de jamón dulce
- Estofado de ternera con verduras a la jardinera
- Fruta del tiempo

Kcal.593,3 Lip.21,4 Prot.38,0 HC 62,3

- Arroz a la napolitana
- Escalopa de cerdo con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta del tiempo

Kcal.967,5 Lip.50,8 Prot.32,2 HC 95,4

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

Kcal.764,6 Lip.42,2 Prot.34,7 HC 62,9

- Sopa de verduras con pasta **ECOLÓGICA**
- Suprema de merluza a la marinera con ruedas de patata
- Fruta del tiempo

Kcal.518,4 Lip.13,8 Prot.24,0 HC 71,1

- "Trinxat" de la Cerdanya (col i patata)
- Albóndigas 100% de ternera con salsa de tomate
- Fruta del tiempo

Kcal.830,0 Lip.41,6 Prot.45,5 HC 68,6

- Macarrones **ECOLÓGICOS** con salsa de tomate y queso
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

Kcal.631,7 Lip.30,4 Prot.14,0 HC 75,4

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Fruta del tiempo

Kcal.893,7 Lip.51,5 Prot.32,9 HC 74,7

- Sopa de ave con arroz
- Redondo de cerdo con salsa de zanahoria
- Yogurt natural La Fageda

Kcal.927,0 Lip.47,7 Prot.22,2 HC 102,5

- Crema de verduras (menestra, patata y cebolla)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta del tiempo

Kcal.463,9 Lip.15,8 Prot.25,5 HC 49,1

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** a la carbonara
- Hamburguesa 100% de ternera con lechuga, maíz y olivas
- Fruta del tiempo

Kcal.588,4 Lip.27,2 Prot.25,5 HC 60,4

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz, verduras i magra de cerdo
- Fruta del tiempo

Kcal.911,0 Lip.40,9 Prot.53,0 HC 80,0

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
- Fruta del tiempo

Kcal.681,4,7 Lip.23,7 Prot.38,3 HC 78,8

- Tallarines con wok de verduras (salsa de soja)
- Colas de rape a la Vizcaína (tomate, pimiento y cebolla)
- Fruta del tiempo

Kcal.417,5 Lip.13,4 Prot.21,5 HC 48,1

- Crema de judía blanca
- Estofado de pavo a la catalana
- Fruta del tiempo

Kcal.541,2 Lip.21,5 Prot.36,7 HC 50,2

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

Menú revisado por: Cristina Abajo Pérez -Dietista-Nutricionista Nº Col: CAT 000901

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Espaguetis ECOLÓGICOS vegetales con salsa de tomate
- Filete de limanda al horno con lechuga y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arrocería estofada con verduras y arroz
- Yogurt natural La Fageda

- Sopa de pescado maravilla ECOLÓGICA
- Hamburguesa de tofu y setas con lechuga y ruedas de tomate
- Fruta del tiempo

07

- Crema de calabaza con picatostes (calabaza, patata y cebolla)
- Salchicha de tofu a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

08

- Crema de verduras
- Fideuá vegetal
- Fruta del tiempo

09

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt La Fageda

10

- Risotto de setas (champiñones y queso)
- Lomo de salmón a las finas hierbas y verduras
- Fruta del tiempo

11

- Acelgas con patata al vapor
- Rosada al horno con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Fruta del tiempo

14

- Arroz napolitana
- Filete de limanda al horno con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta del tiempo

15

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

16

- Sopa de verdura con pasta ECOLÓGICA
- Suprema de merluza a la marinera con ruedas de patata
- Fruta del tiempo

17

- "Trinxat de la Cerdanya" (col y patata)
- Judías blancas con verduras
- Fruta del tiempo

18

- Macarrones ECOLÓGICOS con salsa de tomate y queso
- Caella al horno con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

21

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Salchichas de tofu a la plancha con lechuga y tomate
- Fruta del tiempo

22

- Espinacas salteadas
- Filete de limanda con zanahoria baby salteada
- Yogurt natural La Fageda

23

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Tortilla de patatas con lechuga
- Fruta del tiempo

24

- Espaguetis ECOLÓGICOS vegetales con salsa de tomate
- Hamburguesa de tofu y setas con lechuga, maíz y olivas
- Fruta del tiempo

25

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz y verduras
- Fruta del tiempo

28

- Salteado campestre con patata
- Tortilla francesa con lechuga y olivas
- Fruta del tiempo

29

- Tallarines con wok de verduras (salsa de soja)
- Colas de rape a la Vizcaína (tomate, pimiento y cebolla)
- Fruta del tiempo

30

- Crema de judía blanca
- Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Crema de calabaza con picatostes (calabaza, patata y cebolla)
- Salchicha de tofu a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

- Crema de verduras
- Fideuá vegetal
- Fruta del tiempo

- Puré de calabacín
- Espaguetis ECOLÓGICOS vegetales con salsa de tomate
- Fruta del tiempo

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arroceras con estofado de verduras y arroz
- Yogurt La Fageda

- Espinacas con patata
- Hamburguesa de tofu con champiñones, lechuga y ruedas de
- Fruta del tiempo

08

09

10

11

- Arroz napolitana
- Tortilla francesa con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt La Fageda

- Risotto de champiñones (champiñones y queso)
- Hamburguesa de tofu y espinacas con lechuga
- Fruta del tiempo

- Acelgas con patata al vapor
- Tortilla a la francesa con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Fruta del tiempo

15

16

17

18

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

- Sopa de verduras con pasta ECOLÓGICA
- Hamburguesa de tofu con espinacas y ruedas de patata
- Fruta del tiempo

- "Trinxat de la Cerdanya" (col y patata)
- Judías blancas con verduras
- Fruta del tiempo

- Macarrones ECOLÓGICOS con salsas de tomate y queso
- Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

21

22

23

24

25

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Salchichas de tofu a la plancha con lechuga y tomate
- Fruta del tiempo

- Espinacas salteadas
- Tortilla francesa con zanahoria baby salteada
- Yogurt natural La Fageda

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Tortilla de patatas con lechuga
- Fruta del tiempo

- Espaguetis ECOLÓGICOS vegetales con salsa de tomate
- Hamburguesa de tofu y champiñones con lechuga, maíz y olivas
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz y verduras
- Fruta del tiempo

28

29

30

- Salteado campestre con patata
- Tortilla francesa con lechuga y olivas
- Fruta del tiempo

- Tallarines en wok de verduras (salsa de soja)
- Hamburguesa de tofu y espinacas con calabacín al horno
- Fruta del tiempo

- Crema de judía blanca
- Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** vegetales con salsa de tomate
- Muslo de pollo al horno con lechuga y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arroceras con verduras y arroz
- Yogurt de soja

- Sopa de pescado con pasta **ECOLÓGICA**
- Pechuga de pavo a la plancha con tomate al horno
- Fruta del tiempo

07

08

09

10

11

- Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla)
- Lomo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

- Fideua de marisco con mayonesa
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechuga variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt de soja

- Arroz con champiñones salteados
- Lomo de salmón al horno con lechuga
- Fruta del tiempo

- Acelgas con patata al vapor
- Pollo a la plancha con hilos de cebolla y ruedas de tomate
- Fruta del tiempo

14

15

16

17

18

- Arroz napolitana
- Lomo a la plancha con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

- Sopa de verduras con pasta **ECOLÓGICA**
- Suprema de merluza al horno con ruedas de patata
- Fruta del tiempo

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Filete de pavo al horno con tomate al horno
- Fruta del tiempo

- Macarrones **ECOLÓGICOS** con salsa de tomate
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Yogurt de soja

21

22

23

24

25

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filete de bacalao al Orio con lechuga y tomate
- Fruta del tiempo

- Sopa de ave con arroz
- Redondo de cerdo con salsa de zanahoria
- Yogurt de soja

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta del tiempo

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** vegetales con salsa de tomate
- Merluza al horno con lechuga, maíz y olivas
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz, verduras y magra de cerdo
- Fruta del tiempo

28

29

30

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
- Fruta del tiempo

- Pasta sin gluten vegetal con salsa de tomate
- Colas de rape al horno con calabacín al horno
- Fruta del tiempo

- Crema de judía blanca
- Pechuga de pavo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla)
- Longaniza de cerdo con lechuga y zanahoria
- Fruta (No rosácea)

07

- Fideua de marisco con mayonesa
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta (No rosácea)

08

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt La Fageda

09

- Risotto de setas (champiñones y queso)
- Lomo de salmón al horno con lechuga
- Fruta (No rosácea)

10

- Acelgas con patata salteadas con dados de jamón dulce
- Redondo de ternera asado con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Fruta (No rosácea)

11

- Arroz napolitana
- Escalopa de cerdo con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta (No rosácea)

14

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo
- Fruta (No rosácea)

15

- Sopa de verduras con pasta **ECOLÓGICA**
- Suprema de merluza con ruedas de patata
- Fruta (No rosácea)

16

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Albóndigas 100% de ternera con salsa de tomate
- Fruta (No rosácea)

17

- Macarrones **ECOLÓGICOS** con salsa de tomate y queso
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

18

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filet de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Fruta (No rosácea)

21

- Sopa de ave con arroz
- Redondo de cerdo con salsa de zanahoria
- Yogurt natural La Fageda

22

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta (No rosácea)

23

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** a la carbonara
- Hamburguesa 100% de ternera con lechuga, maíz y olivas
- Fruta (No rosácea)

24

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz, verduras y magra de cerdo
- Fruta (No rosácea)

25

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de polo al horno con lechuga y olivas
- Fruta (No rosácea)

28

- Tallarines con wok de verduras (salsa de soja)
- Colas de rape a la Vizcaína (tomate, pimiento y cebolla)
- Fruta (No rosácea)

29

- Crema de judía blanca
- Pechuga de pavo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta (No rosácea)

30

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Espaguetis sin gluten vegetales con salsa de tomate
- Muslo de pollo al horno con lechuga y maíz
- Fruta (No rosácea)

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arrocería estofada con verduras y arroz
- Yogurt La Fageda

- Sopa de pescado con pasta sin gluten
- Redondo de ternera al horno con tomate al horno
- Fruta (No rosácea)

07

08

09

10

11

- Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla)
- Longaniza de cerdo con lechuga y zanahoria
- Fruta (No rosácea)

- Fideuá sin gluten con verduras
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta (No rosácea)

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt La Fageda

- Risotto de setas (champiñones y queso)
- Lomo de salmón al horno con lechuga
- Fruta (No rosácea)

- Acelgas con patata al vapor
- Redondo de ternera asado con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Fruta (No rosácea)

14

15

16

17

18

- Arroz napolitana
- Lomo a la plancha con lechuga espárragos y maíz
- Fruta (No rosácea)

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta (No rosácea)

- Sopa de verduras con pasta Sin gluten
- Suprema de merluza al horno con ruedas de patata
- Fruta (No rosácea)

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Redondo de ternera asado con tomate al horno
- Fruta (No rosácea)

- Macarrones sin gluten con salsa de tomate natural
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

21

22

23

24

25

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Fruta (No rosácea)

- Sopa de ave con arroz
- Lomo a la plancha con zanahoria baby salteada
- Yogurt La Fageda

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta (No rosácea)

- Espaguetis sin gluten con verduras
- Redondo de ternera al horno con lechuga, maíz y olivas
- Fruta (No rosácea)

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz, verduras y magra de cerdo
- Fruta (No rosácea)

28

29

30

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
- Fruta (No rosácea)

- Pasta sin gluten vegetal con salsa de tomate
- Colas de rape al horno con calabacín al horno
- Fruta (No rosácea)

- Crema de judía blanca
- Pechuga de pavo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta (No rosácea)

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** vegetales con salsa de tomate
- Muslo de pollo al horno con lechuga y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arrocería estofada con verduras y arroz
- Yogurt natural La Fageda

- Sopa de pescado maravilla **ECOLÓGICA**
- Hamburguesa 100% de ternera con lechuga y ruedas de tomate
- Fruta del tiempo

07

08

09

10

11

- Crema de calabaza con picatostes (calabaza, patata y cebolla)
- Merluza al horno con lechuga y zanahoria
- Fruta del tiempo

- Fideuá de marisco con mayonesa
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt natural La Fageda

- Risotto de champiñones (champiñones y queso)
- Lomo de salmón a las finas hierbas y verduras
- Fruta del tiempo

- Acelgas con patata al vapor
- Estofado de ternera con verduras a la jardinera
- Fruta del tiempo

14

15

16

17

18

- Arroz napolitana
- Pollo a la plancha con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta del tiempo

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
- Fruta del tiempo

- Sopa de verduras con pasta **ECOLÓGICA**
- Suprema de merluza a la marinera con ruedas de patata
- Fruta del tiempo

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Albóndigas 100% de ternera con salsa de tomate
- Fruta del tiempo

- Macarrones **ECOLÓGICOS** con salsa de tomate y queso
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Crema de chocolate La Fageda

21

22

23

24

25

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Fruta del tiempo

- Sopa de ave con arroz
- Filete de limanda con zanahoria baby salteada
- Yogurt natural La Fageda

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta del tiempo

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** vegetales con salsa de tomate
- Hamburguesa 100% de ternera con lechuga, maíz y olivas
- Fruta del tiempo

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz y verduras
- Fruta del tiempo

28

29

30

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
- Fruta del tiempo

- Tallarines en wok de verduras (salsa de soja)
- Colas de rape a la Vizcaína (tomate, pimiento y cebolla)
- Fruta del tiempo

- Crema de judía blanca
- Estofado de pavo a la catalana
- Fruta del tiempo

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Espaguetis sin gluten vegetales con salsa de tomate
- Muslo de pollo al horno con lechuga y maíz
- Fruta (no rosácea)

- Crema de zanahoria
- Judía blanca arrocería estofada con verduras y arroz
- Yogurt de soja

- Espinacas con patata
- Pechuga de pavo a la plancha con tomate al horno
- Fruta (no rosácea)

07

08

09

10

11

- Crema de calabaza (calabaza, patata y cebolla)
- Lomo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta (no rosácea)

- Col y patata
- Pechuga de pollo a la plancha con sanfaina de verduras
- Fruta (no rosácea)

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada y maíz)
- Lentejas de la huerta con verduras
- Yogurt de soja

- Arroz con champiñones salteados
- Lomo de salmón al horno con lechuga
- Fruta (no rosácea)

- Acelgas con patata al vapor
- Pollo a la plancha con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Fruta (no rosácea)

14

15

16

17

18

- Arroz napolitana
- Lomo a la plancha con lechuga, espárragos y maíz
- Fruta (no rosácea)

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Cazuela de garbanzos con espinacas
- Fruta (no rosácea)

- Sopa de verduras con pasta sin gluten
- Suprema de merluza al horno con ruedas de patata
- Fruta (no rosácea)

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Filete de pavo al horno con tomate al horno
- Fruta (no rosácea)

- Macarrones sin gluten con salsa de tomate natural
- Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
- Yogurt de soja

21

22

23

24

25

- Patatas estofadas con juliana de verduras
- Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Fruta (no rosácea)

- Sopa de ave con arroz
- Lomo a la plancha con zanahoria baby salteada
- Yogurt de soja

- Crema de verduras (menestra, cebolla y patata)
- Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Fruta (no rosácea)

- Espaguetis sin gluten con verduras
- Merluza al horno con lechuga maíz y olivas
- Fruta (no rosácea)

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
- Lentejas con arroz, verduras y magra de cerdo
- Fruta (no rosácea)

28

29

30

- Salteado campestre con patata
- Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
- Fruta (no rosácea)

- Pasta sin gluten vegetal con salsa de tomate
- Colas de rape al horno con calabacín al horno
- Fruta (no rosácea)

- Crema de judía blanca
- Pechuga de pavo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Fruta (no rosácea)

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
NARANJA Y MANDARINA**