

MENÚ BASAL (8 - 10 ENE)

LUNES 06/01/2020

PRIMERO:
SEGUNDO: **FESTIVO**
POSTRE:

MARTES 07/01/2020

PRIMERO:
SEGUNDO: **FESTIVO**
POSTRE:

MIÉRCOLES 08/01/2020

PRIMERO: Crema de zanahoria
SEGUNDO: Espaguetis integrales a la boloñesa
POSTRE: Fruta



JUEVES 09/01/2020

PRIMERO: **Potaje de berros y judías**
SEGUNDO: Pechuga de pollo a la plancha y puré de papas
POSTRE: Fruta

VIERNES 10/01/2020

PRIMERO: **Crema de calabaza**
SEGUNDO: Lentejas y arroz blanco
POSTRE: Yogur natural



MENÚ BASAL (13 - 17 ENE)

LUNES 13/01/2020

PRIMERO: Crema de calabaza

SEGUNDO: Muslos de pollo en salsa con quinoa o arroz blanco

POSTRE: Fruta



MARTES 14/01/2020

PRIMERO: Ensalada tropical

SEGUNDO: Bacalao encebollado y **menestra de verduras**

POSTRE: Fruta



MIÉRCOLES 15/01/2020

PRIMERO: Crema de espinacas

SEGUNDO: Tortilla española con tomates aliñados

POSTRE: Fruta



JUEVES 16/01/2020

PRIMERO: Crema de acelgas

SEGUNDO: Alubias pintas con arroz integral

POSTRE: Fruta



VIERNES 17/01/2020

PRIMERO: Sopa de pollo y verduras

SEGUNDO: Pastel de atún

POSTRE: Yogur de sabores o fruta



MENÚ BASAL (20 - 24 ENE)

LUNES 20/01/2020

PRIMERO: Potaje de garbanzos

SEGUNDO: Revuelto de jamón y champiñones



POSTRE: Fruta

MARTES 21/01/2020

PRIMERO: Crema de calabacín

SEGUNDO: Merluza con papas al horno



POSTRE: Fruta

MIÉRCOLES 22/01/2020

PRIMERO: Crema de acelgas

SEGUNDO: Lentejas y arroz integral



POSTRE: Fruta

JUEVES 23/01/2020

PRIMERO: Crema de zanahoria

SEGUNDO: Albóndigas de pollo con cuscús o arroz



POSTRE: Fruta

VIERNES 24/01/2020

PRIMERO: Crema de verduras

SEGUNDO: Arroz amarillo con pollo

POSTRE: Fruta

CEREALES Y/O GLUTEN
Cereales/glutenCRUSTÁCEOS
CrustáceosHUEVOS
EggsPESCADO
FishCACAHUETES
PeanutSOJA
SoyLÁCTEOS
MilkFRUTOS DE CÁSCARA DURA
NutsAPD
CeleryMOSTAZA
MustardSÉSAMO
SesameSULFATOS
SulphatesALTRAMUCES
LupineMOLUSCOS
Molluscs

MENÚ BASAL (27 - 31 ENE)

LUNES 27/01/2020

PRIMERO: Crema de verduras
SEGUNDO: Garbanzas con espinacas y arroz integral
POSTRE: Fruta



MARTES 28/01/2020

PRIMERO: Crema de calabaza
SEGUNDO: Sardinillas y batatas o papas arrugadas
POSTRE: Fruta



MIÉRCOLES 29/01/2020

PRIMERO: Ensalada variada
SEGUNDO: Huevos rotos con papas, tacos de jamón y calabacín al horno
POSTRE: Fruta



JUEVES 30/01/2020

PRIMERO: Crema de espinacas
SEGUNDO: Albóndigas de ternera con pasta corta
POSTRE: Fruta



VIERNES 31/01/2020

PRIMERO: Potaje de lentejas
SEGUNDO: Filetes de caballa y papas guisadas
POSTRE: Yogur natural

