


**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|  | <p><b>1</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>   | <p><b>2</b></p> <p>Arroz con verduras<br/>Pollo al ajillo con tomate aliñado<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>   | <p><b>3</b></p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Albóndigas de ternera a la Española con arroz pilaf<br/>Yogur<br/>Pan</p>    | <p><b>4</b></p> <p>Lentejas con zanahoria<br/>Pizza de jamón y queso con ensalada (lechuga y brotes soja)<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>               |
|--|---|---|--|--|
| <p><b>7</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara<br/>Boquerones fritos con ensalada (lechuga, tomate y cebolla)<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>     | <p><b>8</b></p> <p>Cocido andaluz<br/>Tortilla de calabacín con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz)<br/>Yogur<br/>Pan</p>  | <p><b>9</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de contramuslo de pollo con ensalada (lechuga y tomate)<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>  | <p><b>10</b></p> <p>Lentejas con verduras<br/>Merluza al horno con limón con zanahoria baby salteada con ajo<br/>Yogur<br/>Pan</p> | <p><b>11</b></p> <p>Crema parmentier<br/>Hamburguesa de ternera completa con patatas fritas<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>                             |
| <p><b>14</b></p> <p>Arroz salteado con champiñones<br/>Revuelto de patatas con tomate aliñado<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>                   | <p><b>15</b></p> <p>Alubias pintas con chorizo<br/>Medallón de salmón al horno con ensalada (lechuga y remolacha)<br/>Yogur<br/>Pan</p>   | <p><b>16</b></p> <p>Sopa de picadillo con york y huevo duro<br/>Albóndigas a la jardinera con patatas fritas<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>   | <p><b>17</b></p> <p>Crema de calabaza<br/>Muslos de pollo al horno con ensalada (lechuga y maíz)<br/>Yogur<br/>Pan</p>             | <p><b>18</b></p> <p>Macarrones a la italiana<br/>Fritura de croquetas y empanadillas con ensalada (lechuga y zanahoria)<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p> |
| <p><b>21</b></p> <p>Arroz tres delicias<br/>Caballa en salsa de tomate con ensalada (lechuga, remolacha y maíz)<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p> | <p><b>22</b></p> <p>Guiso de garbanzos con espinacas<br/>Tortilla francesa con ensalada César (lechuga, tomate, cebolla, pollo, queso, pan y salsa césar)<br/>Yogur<br/>Pan</p> | <p><b>JORNADA NUTRIFRIENDS 23</b></p>  <p>Tallarines con pavo al wok<br/>Tacos de verdura superfood<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p> | <p><b>24</b></p> <p>Lentejas estofadas con arroz<br/>Merluza a la andaluza con ensalada (lechuga y tomate)<br/>Yogur<br/>Pan</p>   | <p><b>25</b></p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Hamburguesa al horno con patatas fritas<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>                          |
| <p><b>28</b></p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Lomo asado con salsa de verduras y patatas fritas<br/>Fruta fresca<br/>Pan</p>                | <p><b>29</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Huevos revueltos con salchichas<br/>Frankfurt con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz)<br/>Yogur<br/>Pan</p>                  | <p><b>30</b></p> <p><b>JORNADA GASTRONÓMICA MADRILEÑA</b><br/>Cocido madrileño<br/>Bocata de calamares<br/>Bizcocho de la Almudena</p>  |  |  |