

**LUNES 5**

NO LECTIVO

**MARTES 6**

NO LECTIVO

**MIÉRCOLES 1**

FESTIVO

**JUEVES 2**

FESTIVO

**VIERNES 3**

FESTIVO

**LUNES 6**

NO LECTIVO

**MARTES 7**

Lentejas con calabaza  
Menestra de verduras  
Tortilla fr de Calabacín ☹️  
Bacalao orly 🐟👉  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**MIÉRCOLES 8**

Menestra de verduras  
Calabacín al queso 🍌  
Albóndigas al horno con tomate ⚠️  
Platija al horno 🐟  
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🍌

**JUEVES 9**

Sopa cocido fiedo integral 🍌☹️🍌  
Repollo rehogado  
Cocido completo  
Merluza al horno 🐟  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**VIERNES 10**

Arroz integral con tomate  
Coliflor, patatas y zanahoria  
Tilapia con salsa de limón 🐟  
Revuelto de queso ☹️🍌  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌

**LUNES 13**

Judías verdes rehogadas  
Ensaladilla rusa 🍌☹️🐟  
Hamburguesa completa ⚠️  
Huevos revueltos ☹️  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 14**

Espirales integrales con verdura: 🍌☹️🍌  
Lombarda con manzana  
Salmón con salsa de limón 🐟  
Chuleta de cerdo a la plancha  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**MIÉRCOLES 15**

Crema de calabacín  
Espinacas rehogadas  
Jamoncitos de pollo al ajillo  
Palometa al horno 🐟  
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🍌

**JUEVES 16**

Arroz ECO tres delicias ☹️⚠️  
Alcachofas al ajo  
Merluza con guisantes 🐟🍌  
Escalopines a la plancha  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**VIERNES 20**

Judías blancas ECO guisadas  
Pisto manchego  
Tortilla de Patata  
Calamares a la romana 🍌☹️🐟⚠️  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌

**LUNES 20**

Brócoli rehogado  
Crema de verduras  
Magro guisado a la jardinera  
Merluza a las Finas Hierbas  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 21**

Arroz con pollo y verduras  
Acelgas rehogadas  
Huevos revueltos ☹️  
Gallineta al limón  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**MIÉRCOLES 22**

Patatas guisadas con pollo  
Panaché de verduras  
Cuscús, garbanzos y verduras 🍌🍌  
Platija al horno 🐟  
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🍌

**JUEVES 23**

Sopa cocido fiedo integral 🍌☹️🍌  
Repollo rehogado  
Cocido completo  
Merluza al horno 🐟  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**VIERNES 24**

Macarrones integrales amatriciana 🍌☹️🍌  
Verduras a la provenzal  
Bonito encebollado 🐟  
Tortilla francesa ☹️  
Fruta Temporada, Pan y Agua

**LUNES 27**

Arroz integral con verduras 🍌  
Habitas rehogadas  
Cinta de lomo a la plancha  
Bacalao al Pil-Pil 🐟  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 28**

Crema de verduras  
Judías verdes con jamón  
Abadejo a la andaluza 🐟🍌  
Filete de pollo a la plancha  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**MIÉRCOLES 29**

Revuelto de patatas y calabacín ☹️  
Pisto de verduras con revuelto d ☹️  
Lentejas ECO con verduras  
Merluza a la vizcaína 🐟  
Yogur o Fruta, Pan y Agua 🍌🍌
















**JUEVES 30**

Espaguetis a la carbonara 🍌☹️🍌⚠️  
Pizza al horno 🍌☹️🍌  
 ITALY  
Fruta Temporada, **Pan Integral** 🍌

**VIERNES 31**

NO LECTIVO

**LEYENDA**

-  - cacahuete
-  - altramuces
-  - gluten
-  - mostaza
-  - frutos de cáscara
-  - pescado
-  - apio
-  - crustáceos
-  - huevo
-  - soja
-  - sésamo
-  - leche
-  - moluscos
-  - sulfitos
-  - puede contener trazas de varios

# Secundaria