

**LUNES 1**

Crema de verduras  
Espinacas rehogadas con patatas  
Coditos boloñesa vegetal soja 🍴🍌🥬  
Tortilla paisana 🍳🍌  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 2**

Brócoli rehogado  
Ensalada verde 🍴  
Abadejo en salsa verde 🐟  
Medallón de salmón 🐟⚠️  
Yogur, Pan Integral, Agua 🍌🍷

**MIÉRCOLES 3**

Judías blancas guisadas  
Pisto andaluz  
Tortilla de patata 🍳  
Magro en salsa  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**JUEVES 4**

Hummus c/picatostes 🍴  
Ensalada quinoa y hortalizas 🍴  
Ragout de pollo 🍴  
Medallón de salmón y calabaza 🍴🐟🍷⚠️  
Fruta Temporada, Pan Integral 🍌

**VIERNES 5**

Arroz integral con pollo  
Salmorejo 🍴🍌  
Bacalao salsa riojana 🐟  
Hamburguesa completa pollo 🍴🍌🥬🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌

**LUNES 8**

Lentejas guisadas con verduras ⚠️  
Coliflor al chimichurri 🍴  
Salmon salsa cremosa limón 🐟🍷  
Frittata calabacín gratinada 🍳🍌🍷  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 9**

Judías verdes con pimentón 🍴  
Gazpacho 🍴🍌  
Estofado de pavo  
Burritos 🍷  
Yogur, Pan Integral, Agua 🍌🍷

**MIÉRCOLES 10**

Ens. Pasta y hortalizas 🍴  
Alcachofas con calabaza  
Pisto con revuelto de huevo 🍳  
Tilapia horno  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**JUEVES 11**

Arroz integral con boloñesa ⚠️  
Espinacas al gratén 🍴  
Merluza rebozada 🍴🍌🍷  
Magro con tomate 🐟  
Fruta Temporada, Pan Integral 🍌

**VIERNES 12**

Crema de champiñones  
Ensalada mixta 🍴  
Guiso garbanzos ECO  
Huevos gratinados 🍳🍌  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍌

**LUNES 15**

Coditos napolitana 🍴🍌🍷  
Ensalada alemana 🍴🍌🍷  
Tortilla de queso 🍳🍌  
Platija al horno 🐟  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**MARTES 16**

Arroz integral con tomate  
Escalivada  
Tilapia salsa limón 🐟  
Magro estofado  
Fruta Temporada, Pan Integral 🍌

**MIÉRCOLES 17**

Ens. Sémola trigo y garbanzos E 🍴🍌🥬🍷  
Crema de guisantes  
Albóndigas de soja en salsa 🍴  
Caballa al horno 🐟  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍌

**JUEVES 18**

Sopa de picadillo 🍴🍌  
Pizza al horno 🍴🍌🍷  
Ens de Lechuga y maíz 🍴  
Helado, Pan Integral 🍌🍷

**VIERNES 20**

**LUNES 22**

VACACIONES

**MARTES 23**

VACACIONES

**MIÉRCOLES 24**

VACACIONES

**JUEVES 25**

VACACIONES

**VIERNES 26**

VACACIONES

**LUNES 29**

VACACIONES

**MARTES 30**

VACACIONES

**LEYENDA**

🍌 - cacahuete	🍷 - altramuces	🍴🍌 - gluten
🍷 - mostaza	🐟 - frutos de cáscara	🐟 - pescado
🥬 - apio	🍴 - crustáceos	🍳 - huevo
🍴 - soja	🍷 - sésamo	🍷 - leche
🍷 - moluscos	🍴 - sulfitos	⚠️ - puede contener trazas de varios

**Secundaria**