

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO POLLO AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLONESA (BURGER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DEUCIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>				

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDIÁS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUI SANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO POLLO AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUI SANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>				



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO CROQUETAS DE POLLO TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA BERENJENAS ASADAS FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE LEGUMBRETA CON PATATAS A DADOS Y ARROZ BLANCO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA SAN JACOBO DE PAVO LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA POLLO EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>				



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLONESA (BURGER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA SAN JACOBO DE PAVO LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>				

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	5 ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR	6 POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA	7 ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO
10 LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	12 CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR	13 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA	14 MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA
17 BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA	18 ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	19 ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) YOGUR	20 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA	21 SOPA DE PESCADO MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO
24 LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	25 CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA	26 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	27 MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA
31 CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA				



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

3 NO LECTIVO	4 JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	5 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR	6 POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA	7 ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO
10 LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	12 CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR	13 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA	14 CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA
17 BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA	18 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	19 ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) YOGUR	20 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA	21 SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO
24 LENTEJAS A LA JARDINERA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	25 CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA	26 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	27 CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA
31 CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA				



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO CROQUETAS DE POLLO TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUI SANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLONESA (BURGER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUI SANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>				



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

3

NO LECTIVO

4

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

5

ESPAGUETIS CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

6

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON
GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO
FRUTA

7

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
REVUELTO DE QUESO
LECHUGA Y REMOLACHA
HELADO

10

LENTEJAS CON CALABAZA
ESTOFADO DE CERDO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

11

ARROZ CON TOMATE
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

12

CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR
HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA
CAMELIZADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

13

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

14

MACARRONES AL AJILLO
SALMÓN AL LIMÓN
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

17

BRÓCOLI REHOGADO
POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

18

ESPAGUETIS CON PISTOMATE
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
FRUTA

19

ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA
GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT)
YOGUR

20

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

SOPA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
TOMATE Y ZANAHORIA
HELADO

24

LENTEJAS A LA JARDINERA
TORTILLA DE ATÚN
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
FRUTA

26

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
YOGUR

27

MACARRONES AL AJILLO
HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA
PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA

28

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES,
MAÍZ Y ZANAHORIA)
DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
FRUTA

31

CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE
HIERBABUENA
ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA
VERDURAS
FRUTA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 NO LECTIVO	4 JUDÍAS VERDES AL NATURAL TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	5 ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR DESNATADO	6 POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO GUISANTES Y ZANAHORIA CUBO FRUTA	7 ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE CALABACÍN LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR DESNATADO
10 LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPINÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	12 CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATA ASADA YOGUR DESNATADO	13 SOPA DE COCIDO COCIDO (GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES) REPOLLO FRUTA	14 MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA
17 BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA	18 ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	19 ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL YOGUR DESNATADO	20 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA	21 SOPA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE Y ZANAHORIA YOGUR DESNATADO
24 LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	25 CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA	26 SOPA DE COCIDO COCIDO (GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES) REPOLLO YOGUR DESNATADO	27 MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATA ASADA FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA
31 CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA POLLO EN SALS VERDURAS FRUTA				

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso.

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDIÁS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE CALABACÍN LECHUGA Y REMOLACHA POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OJIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANES
DEL SALUD



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES AL NATURAL TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS SALTEADOS CON CALABACÍN FILETE DE MERLUZA AL HORNO LECHUGA Y PEPINO YOGUR NATURAL</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO GUISANTES Y ZANAHORIA CUBO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ CON VERDURAS (SIN TOMATE) REVUELTO DE CALABACÍN LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR NATURAL</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO SIN TOMATE LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON CALABACÍN HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN ZANAHORIA EN RODAJAS FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATA ASADA YOGUR NATURAL</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO (GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES) REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS SALTEADOS ABADEJO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS (SIN TOMATE) GARBANZOS SALTEADOS CON CEBOLLA ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR NATURAL</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE Y ZANAHORIA YOGUR NATURAL</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO (GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES) REPOLLO YOGUR NATURAL</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATA ASADA FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA POLLO EN SALSAS VERDURAS FRUTA</p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>CREMA DE CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA ABADEJO FRITO CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGUER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>ASADO DE VERDURAS TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSAS VERDURAS FRUTA</p>				



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO CROQUETAS DE ESPINACAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS HAMBURGUESA VEGETAL BERENJENAS ASADAS FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE LEGUMBRETA CON PATATAS A DADOS Y ARROZ BLANCO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE COLIFLOR FILETE DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO DE VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA Y REPOLLO) REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES SALTEADOS SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO HUEVOS FRITOS CON PISTO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL YOGUR</p>	<p>20</p> <p>PISTO DE CALABAZA, ACEITE DE OLIVA Y ALBAHACA FILETE VEGETAL A LA JARDINERA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATAS TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE CALABACÍN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE CHAMPIÑONES FILETE DE ABADEJO EN SALSA LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO DE VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA Y REPOLLO) REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES SALTEADOS HAMBURGUESA DE LEGUMBRE A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUIANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>GUISANTES CON ZANAHORIA GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL VERDURAS FRUTA</p>				

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: NO AÑADIR CEBOLLA, AJO NI PUERRO A NINGUNA DE LAS ELABORACIONES. No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDIÁS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE CALABACÍN LECHUGA Y REMOLACHA POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>
<p>10</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>
<p>24</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO POSTRE VEGETAL DE SOJA</p>	<p>27</p> <p>MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>ESPINACAS REHOGADAS CON AJO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>CREMA DE VERDURAS MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO ZANAHORIA EN RODAJAS FRUTA</p>	<p>7</p> <p>ARROZ CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>CREMA DE CALABAZA FILETE DE CERDO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON SETAS Y CHAMPIÑÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ABADEJO FRITO CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>ARROZ CON VERDURAS BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS BERENJENAS ASADAS YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS FRUTA</p>	<p>21</p> <p>CALDO DE VERDURA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>ASADO DE VERDURAS TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>ARROZ CON ZANAHORIA DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE CALABACÍN POLLO EN SALSA CHAMPIÑONES CON AJO Y PEREJIL FRUTA</p>				

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANES
DE SALUD



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDAR EN
SALUD



LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>4</p> <p>JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA</p>	<p>5</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ YOGUR</p>	<p>6</p> <p>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA</p>	<p>7</p> <p>HORTALIZAS ASADAS CON PESTO FILETE DE POLLO AL HORNO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO</p>
<p>10</p> <p>CREMA DE CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>11</p> <p>ALCACHOFAS CON TOMATE POLLO ASADO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR</p>	<p>13</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA</p>	<p>14</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO POLLO AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA</p>	<p>18</p> <p>PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>19</p> <p>PATATAS GUIADAS CON ZANAHORIAS GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) YOGUR</p>	<p>20</p> <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA</p>	<p>21</p> <p>SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO TOMATE Y ZANAHORIA HELADO</p>
<p>24</p> <p>ASADO DE VERDURAS CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y MAÍZ FRUTA</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR</p>	<p>27</p> <p>CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>28</p> <p>GUISANTES CON ZANAHORIA FILETE DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA</p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>	<p></p>

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

3 NO LECTIVO	4 JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	5 ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR	6 POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO FRUTA	7 ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS REVUELTO DE QUESO LECHUGA Y REMOLACHA HELADO
10 LENTEJAS CON CALABAZA ESTOFADO DE CERDO LECHUGA Y TOMATE FRUTA	11 ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	12 CREMA DE CALABACÍN Y COUFLOR HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA CAMELIZADA PATATAS FRITAS YOGUR	13 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA	14 MACARRONES AL AJILLO SALMÓN AL LIMÓN LECHUGA Y PEPINO FRUTA
17 BRÓCOLI REHOGADO POLLO ASADO PATATAS DADO FRUTA	18 ESPAGUETIS CON PISTOMATE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	19 ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA GARBANZOS A LA BOLOÑESA (BURGER MEAT) YOGUR	20 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y TOMATE FRUTA	21 SOPA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA HELADO
24 LENTEJAS A LA JARDINERA TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	25 CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA FRUTA	26 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	27 MACARRONES AL AJILLO HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA	28 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) DELICIAS DE MERLUZA A LA ROMANA ENSALADA VERDE FRUTA
31 CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE HIERBABUENA ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA VERDURAS FRUTA				



NOTAS: "No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso."

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANES
DE LA SALUD



Grow
FOOD
BANKS

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

3

NO LECTIVO

4

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
SALMÓN AL HORNO
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR

6

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) CON
GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO
FRUTA

7

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
HELADO

10

LENTEJAS CON CALABAZA
ESTOFADO DE CERDO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

11

ARROZ CON TOMATE
POLLO ASADO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

12

CREMA DE CALABACÍN Y COLIFLOR
HAMBURGUESA DE PAVO Y CEBOLLA
CAMELIZADA
PATATAS FRITAS
YOGUR

13

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

14

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO
AL AJILLO
SALMÓN AL LIMÓN
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

17

BRÓCOLI REHOGADO
POLLO ASADO
PATATAS DADO
FRUTA

18

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
SALMÓN A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
FRUTA

19

ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA
GARBANZOS A LA BOLONESA (BURGER MEAT)
YOGUR

20

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

21

SOPA DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO
TOMATE Y ZANAHORIA
HELADO

24

LENTEJAS A LA JARDINERA
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA
FRUTA

26

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
YOGUR

27

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
HAMBURGUESA MIXTA (BURGER MEAT) A LA
PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA

28

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES,
MAÍZ Y ZANAHORIA)
SALMON AL HORNO CON HIERBAS Y LIMON
ENSALADA VERDE
FRUTA

31

CREMA DE GUISANTES CON ACEITE DE
HIERBABUENA
ALBÓNDIGAS (BURGER MEAT) EN SALSA
VERDURAS
FRUTA