

ENERO

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	7	8	9	10	11
plato principal	crema de calabaza arepas con queso	estofado arroz	pescado al horno puré de patatas guisantes con cebolla y jamón	lasaña de pollo	garbanzos arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda tarde	cereal	palitos con quesitos	mini bikinis	magdalenas	galletas
	14	15	16	17	18
plato principal	quínoa con vegetales y queso	pollo al horno patatas	palitos de pescado arroz espinacas con pasas y piñones	carne picada con vegetales polenta de maíz	lentejas arroz
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda tarde	yogurt	pan con mermelada y queso	palitos con pavo	petit suisse	valencianas
	21	22	23	24	25
plato principal	tortilla española ensalada tomate, maíz y queso	empanada gallega de pollo	arroz a la marinera	albóndigas de ternera pasta estrellitas	monguetas butifarras
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada
merienda tarde	tostadas con queso	magdalenas	pan de leche	yogurt	galletas de arroz
	28	29	30	31	
plato principal	macarrones con carne y salsa de tomate	pollo al horno patatas	fideua	quinoa con vegetales y queso	
postre	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	fruta de temporada	
merienda tarde	croissants	olivas con queso	cereales	fruta	