



LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Sopa de verduras y fideos Lomo de cerdo con pisto de calabaza y calabacín	Ensalada de cogollos, tomate, pimiento, atún y pepinillos agri dulces Platija al limón con patatas y almendras	Taboulé de cuscús con tomate, pepino, cebolla y menta Garbanzos con calabaza y huevo picado	Coliflor con ajos, pimentón y taquitos de jamón Pollo glaseado con salsa de soja, miel y jengibre con guarnición de arroz	Paella de verduras y calamar Gallo con salsa de pimiento verde	Ensalada de pimientos asados, atún, huevo y aceitunas Lentejas con brócoli, leche de coco y curry	Verduras asadas con ajilimójili y nueces Solomillo de cerdo en salsa de champiñones con patatas
Ensalada de patata Anchoas	Espaguetis con tomate y queso Ternera guisada	Chuleta de cerdo con salsa roquefort Trucha con jamón	Ensalada de pasta Bacalao encebollado	Puré de verduras Redondo en salsa	Filete de ternera Chicharro	Canelones de carne Ajoarriero
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Ensalada mixta con remolacha y huevo Burrito de carne picada, pimientos, rulo de queso de cabra y rúcula	Crema de brócoli, calabacín y queso fresco Tortilla de jamón cocido, espinacas, mozzarella y tomates	Ensalada de escarola, pepino, remolacha, manzana y salsa de yogur Pez espada con ajilimójili	FIESTA PADRE CLARET	Champiñones al ajillo con gambas y txaka Salchichas frescas pollo con puré patata y apio	Puré de judías verdes, patata y zanahoria Revuelto de calabacín, cebolla, tomate y pechuga de pavo troceada	Ensalada de lechuga, pepino, cebolla, salmón ahumado y granada Atún con trigueros y alioli light
Menestra de verduras Merluza al horno	Ensalada mixta Pechuga de pollo rebozada	Alubia verde Huevos con jamón y patatas fritas		Ensalada mixta con atún y huevo Lubina	Ensalada mixta Chuleta de pavo al ajillo y verduras	Puré de verduras Alitas de pollo

Vía verde: Ruta saludable propuesta por **Mirai Nutrición**.

“Una buena alimentación es esencial para cuidar tu cuerpo y tu mente, es por ello por lo que te animamos a escoger la vía verde. Porque tu salud es lo importante”