



LUNES	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10	SÁBADO 11	DOMINGO 12
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
		Ensalada de escarola, tomate, granada, gulas y crutones Alubias rojas con patata, zanahoria y huevo	Judías verdes con almendras Muslo de pollo asado con patata, cebolla, miel y mostaza	Guisantes con cebolla, zanahoria, patata y jamón Salmón al curry con leche de coco y brócoli	Ensalada de canónigos, rúcula, tomate, pepino y burrata con toque de pesto Albóndigas de pollo con tomate	Sopa de pescado Solomillo con salsa de champiñones a la pimienta con cebollino
		Costilla de cerdo asada Merluza en salsa	Espaguetis con tomate Dorada al horno	Ensalada de pasta Redondo en salsa con arroz	Macarrones con jamón y nata Bacalao	Canelones de carne Gallo
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
		Crema de coliflor, puerro y patata con virutas de jamón Pechuga de pavo en salsa de zanahoria y arroz	Ensalada de brotes, tomate, encurtidos y piquillos con atún Tortilla de champiñones y cebolla con mozzarella	Espinacas a la crema con nueces y pasas Hamburguesa de pavo con guarnición de patatas asadas	Crema de calabaza y ajo con queso fresco Revuelto de trigueros y gambas al ajillo	Ensaladilla rusa de patata, zanahoria, guisantes y atún con mayonesa ligera Limanda al horno con ajilimójili
		Ensaladilla rusa Anchoas	Sopa de fideos Sandwiches de jamón y queso	Sopa de ajo Trucha	Ensalada mixta Lomo a la plancha con patatas y pimientos	Puré de verduras Huevos fritos con patatas y chistorra

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”