

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7	SÁBADO 8	DOMINGO 9
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Crema de calabaza, zanahoria y puerro Pollo en salsa con champiñones y patatas	Acelgas con calabaza, nueces y pasas Anchoas albardadas con pimientos verdes y jamón	Paella de verduras con gambas Pechuga de pavo en salsa de zanahoria	Coliflor con bechamel ligera, taquitos de jamón serrano y mozzarella Merluza en salsa de almendras	Ensalada de escarola, naranja, bacalao desmigado, queso fresco y aceitunas negras Lentejas con arroz y piparras	Ensalada de garbanzos, tomate, canónigos, queso feta y maíz Albóndigas de pollo en salsa de champis	Brócoli con salsa de tahini, zumo de limón y cacahuets Ternera en tiras con arroz y pimiento verde estilo oriental
Alubias rojas con chorizo Atún con salsa de tomate	Espaguetis a la bolognesa Cabezada con patatas	Ensalada mixta Trucha con ajo y jamón	Macarrones salteados con verduras Escalope de ternera	Pollo con miel, mostaza y soja Salmón	Arroz a la cubana Txitxarro	Canelones de carne Merluza en salsa
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Ensalada de tomate, rúcula, bolitas de mozzarella y salsa pesto con pistachos Bocadillo de pollo, calabacín, tomates y queso	Champiñones sobre salsa de tomate gratinados con parmesano Tortilla de berenjenas, cebolla pochada y pavo	Sopa juliana de verduras Gallo con salsa de ajos, trigueros y guisantes	Ensalada de endivias, setas, queso azul y nueces Huevos cocidos con fritada de verduras y atún	Puerros cocidos con crema de patata y avellanas picadas Libritos de lomo con queso y pimiento rojo	Puré de calabacín y espinacas con crutones de pan Tortilla de bacalao, setas y pimiento rojo con ajo y perejil	Ensalada de lechuga, piña, espárragos, pavo, tomate y anacardos Bonito encebollado con tomates asados y especias
Sopa castellana Merluza empanada	Puré de verduras Calabacín relleno de carne	Ensaladilla rusa Sandwiches mixtos	Alubia verde con patata Alitas de pollo adobadas	Sopa de cocido Gallo	Ensalada mixta Sanjacobos	Sopa Huevos con jamón y txistorra