

Desayunos

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
 Pan integral tostado con AOVE, galletas o cereales sin azúcares añadidos
 Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Meriendas

Lácteo (leche entera con o sin cacao 0%, yogur sin azúcar, queso fresco, etc)
 Bocadillo integral, galletas y/o cereales con o sin cacao
 Pieza de fruta de temporada o zumo natural recién exprimido

Cenas

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Trucha al horno con salteado de patatas y champiñones frescos al ajillo 03	Solomillo de pavo con bhajis de cebolla y salsa raita 04	Sándwich clásico de atún 05	Huevos con bechamel gratinados con ensalada de lechuga y tomate 06	Enchiladas de pollo con mole y chilaquiles verdes 07
Frittata italiana de verduras con ensalada de canónigos 10	Nuggets caseros de pescado con brochetas de verduras 11	Lasaña de espinacas y gambas 12	Lomo de cerdo relleno al horno con salsa de naranja con puré de boniato 13	Tarta salada de tomate y tres quesos 14
Filetes rusos caseros en salsa de almendras 17	Filete de lenguado al horno con salsa de limón y brócoli al pimentón 18	Chuletitas de cordero al horno con patatas a lo pobre 19	Tostadas de pan con menemén turco y queso feta 20	Fish (bacalao) & chips 21
Libritos de lomo con queso con zanahorias al comino 24	Muffins de verduras 25	Vasito de quinoa Merluza en salsa de píquillos 26	Hamburguesa completa de pescado 27	Ensalada de higos con queso de cabra y nueces Alitas de pollo 28



Los menús son supervisados por Dietistas-Nutricionistas.

Se dispone de las fichas de los platos a disposición del consumidor.



ESCANEÁ nuestro código QR para descubrir la receta de **NUESTRA JORNADA GASTRONÓMICA** de cada mes

