

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON ALBAHACA Y ACEITE DE OLIVA ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES SIN TOMATE LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS LECHUGA Y CEBOLLA YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES AL AJILLO FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA CON ACEITUNAS, HUEVO DURO Y ATÚN FILETE DE POLLO A LA PLANCHA ARROZ BLANCO CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO SIN TOMATE FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES AL AJILLO CON QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS SALTEADOS CON CEBOLLA ZANAHORIA Y CALABACIN ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) SALTEADO CON PIMIENTO, ZANAHORIA Y GUISANTES XDALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA (SIN TOMATE) FRUTA
25 FIDEUA DE SETAS (SIN TOMATE) POLLO ASADO CON TOMILLO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



4

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS
CROQUETAS DE POLLO
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

5

TALLARINES CON TOMATE
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
LECHUGA Y REMOLACHA
YOGUR

6

GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS
(ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO)
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

7

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE
OLIVA Y HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
YOGUR

8

CREMA DE CALABACÍN
POLLO ASADO
PATATAS A LO POBRE
FRUTA

11

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y
ALBAHACA
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12

AL SON DE LA TERRETA
(C.VALENCIANA)
ENSALADA MEDITERRANEA
PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA
CÍTRICOS DE LA TERRETA

13

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS
CON CALABAZA
TORTILLA DE PATATA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

14

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
YOGUR

15

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

18

SOPA DE LETRAS
ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y
ZANAHORIAS
FRUTA

19

LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS
TORTILLA DE ATÚN
TOMATE ALIÑADO
YOGUR

20

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
RALLADO
NUGGETS DE POLLO
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

21

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
GARBANZOS A LA BOLOÑESA
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

22

ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA
DE VERDURAS
FRUTA

25

FIDEUA CON VERDURITAS
POLLO ASADO CON TOMILLO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

26

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
HUEVOS FRITOS
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

27

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA
FISH LASAÑA DE MERLUZA
LECHUGA
FRUTA

28

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y
ZANAHORIA)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C. VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 CREMA DE VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 PATATAS GUIADAS CON VERDURAS (ZANAHORIA, PIMIENTO Y TOMATE) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO AL AJILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA) PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO AL AJILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA) PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE ALIÑADO YOGUR	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON ALBAHACA Y ACEITE DE OLIVA ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES SIN TOMATE LECHUGA Y REMOLACHA FRUTA	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO A LA PLANCHA LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES AL AJILLO FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA FILETE DE POLLO A LA PLANCHA ARROZ BLANCO CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO SIN TOMATE FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES AL AJILLO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS SALTEADOS CON CEBOLLA ZANAHORIA Y CALABACIN ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA FRUTA	22 ARROZ (INTEGRAL) SALTEADO CON PIMIENTO, ZANAHORIA Y GUISANTES FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA DE SETAS (SIN TOMATE) POLLO ASADO CON TOMILLO LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE FRUTA	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



1

FESTIVO

4

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
LECHUGA Y REMOLACHA
YOGUR

6

GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS
(ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO)
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

7

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE
OLIVA Y HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
YOGUR

8

CREMA DE CALABACÍN
POLLO ASADO
PATATAS A LO POBRE
FRUTA

11

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12

AL SON DE LA TERRETA
(C. VALENCIANA)
ENSALADA MEDITERRANEA
PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA
CÍTRICOS DE LA TERRETA

13

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS
CON CALABAZA
TORTILLA DE PATATA
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

14

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
YOGUR

15

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

18

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y
ZANAHORIAS
FRUTA

19

LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS
TORTILLA DE ATÚN
TOMATE ALIÑADO
YOGUR

20

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

21

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
GARBANZOS A LA BOLOÑESA
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

22

ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
PATATAS FRITAS
FRUTA

25

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
POLLO ASADO CON TOMILLO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

26

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
HUEVOS FRITOS
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

27

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA
ABADEJO FRITO CON MAIZENA
LECHUGA
FRUTA

28

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y
ZANAHORIA)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS SALTEADOS CON CEBOLLA ZANAHORIA Y CALABACIN ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO AL AJILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C. VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA) PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO AL AJILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA) PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



1

FESTIVO

4

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
LECHUGA Y REMOLACHA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

6

GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS
(ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO)
FILETE DE POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

7

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE
OLIVA Y HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

8

CREMA DE CALABACÍN
POLLO ASADO
PATATAS A LO POBRE
FRUTA

11

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12

**AL SON DE LA TERRETA
(C. VALENCIANA)**
ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS Y CEBOLLA)
PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA
CÍTRICOS DE LA TERRETA

13

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS
CON CALABAZA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

14

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

15

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

18

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y
ZANAHORIAS
FRUTA

19

LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

20

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
NUGGETS DE POLLO
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

21

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
GARBANZOS A LA BOLOÑESA
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

22

ARROZ (INTEGRAL) CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
PATATAS FRITAS
FRUTA

25

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
POLLO ASADO CON TOMILLO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

26

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA
LECHUGA Y JUDIA BROTE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

27

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA
ABADEJO FRITO CON MAIZENA
LECHUGA
FRUTA

28

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y
ZANAHORIA)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
POSTRE VEGETAL DE SOJA

29

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



1

FESTIVO

4

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALS
A DE TOMATE CASERA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
LECHUGA Y REMOLACHA
YOGUR

6

GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS
(ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO)
FILETE DE POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

7

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE
OLIVA Y HIERBAS
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
YOGUR

8

CREMA DE CALABACÍN
POLLO ASADO
PATATAS A LO POBRE
FRUTA

11

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALS
A DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADJO A LA ANDALUZA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12

AL SON DE LA TERRETA
(C.VALENCIANA)
ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS Y CEBOLLA)
PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA
CÍTRICOS DE LA TERRETA

13

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS
CON CALABAZA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

14

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
YOGUR

15

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO AL AJILLO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

18

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y
ZANAHORIAS
FRUTA

19

LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
YOGUR

20

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALS
A DE TOMATE CASERA
NUGGETS DE POLLO
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA

21

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
GARBANZOS A LA BOLOÑESA
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
YOGUR

22

ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADJO EN SALS
PATATAS FRITAS
FRUTA

25

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
POLLO ASADO CON TOMILLO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

26

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA
LECHUGA Y JUDIA BROTE
YOGUR

27

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA
ABADJO FRITO CON MAIZENA
LECHUGA
FRUTA

28

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y
ZANAHORIA)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
YOGUR

29

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
POLLO, PATATAS Y MORCILLO
REPOLLO
FRUTA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAD E TOMATE CASERA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) FILETE DE POLLO AL AJILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE AGUJA EN SALSAD ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAD E TOMATE CASERA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA) PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE ALIÑADO YOGUR	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAD E TOMATE CASERA NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE POLLO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA POLLO EN SALSAD LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA POSTRE VEGETAL DE SOJA	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE POSTRE VEGETAL DE SOJA	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO POSTRE VEGETAL DE SOJA	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO POSTRE VEGETAL DE SOJA	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA POSTRE VEGETAL DE SOJA	ARROZ (INTEGRAL) CON TOMATE FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE POSTRE VEGETAL DE SOJA	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS POSTRE VEGETAL DE SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
CREMA DE VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS (ZANAHORIA, PIMIENTO Y TOMATE) HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ BLANCO CON TOMATE SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA ARROZ EN PAELLA CON POLLO Y VERDURAS (PIMIENTO Y ZANAHORIA) CÍTRICOS DE LA TERRETA	CREMA DE CALABACÍN TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO YOGUR	ESPINACAS CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN ESTOFADO DE CERDO CON ZANAHORIAS, TOMATE Y PIMIENTO FRUTA	ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE VERDURAS ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO (SIN GARBANZOS) REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
CREMA DE VERDURAS CROQUETAS DE POLLO ZANAHORIA RALLADA FRUTA	TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C. VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO YOGUR	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON CAPONATA DE VERDURAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA FISH LASAÑA DE MERLUZA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE AGUJA EN SALSA ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA FRANCESA TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE POLLO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA POLLO EN SALSA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	5 TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	6 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	7 ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) FILETE DE AGUJA EN SALSA ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE YOGUR	8 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11 ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	12 AL SON DE LA TERRETA (C. VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	13 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	14 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO YOGUR	15 JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18 SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	19 LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA FRANCESA TOMATE ALIÑADO YOGUR	20 DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	21 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA YOGUR	22 ARROZ (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA FILETE DE POLLO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA
25 FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	26 ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE YOGUR	27 JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA POLLO EN SALSA LECHUGA FRUTA	28 VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS YOGUR	29 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA POSTRE VEGETAL DE SOJA	GARBANZOS GUIRADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE POSTRE VEGETAL DE SOJA	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUIRADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO POSTRE VEGETAL DE SOJA	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO POSTRE VEGETAL DE SOJA	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA POSTRE VEGETAL DE SOJA	ARROZ (INTEGRAL) CON TOMATE FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE POSTRE VEGETAL DE SOJA	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS POSTRE VEGETAL DE SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				FESTIVO
4	5	6	7	8
LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	TALLARINES CON TOMATE ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA LECHUGA Y REMOLACHA POSTRE VEGETAL DE SOJA	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS (ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO ROJO) HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA) SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE POSTRE VEGETAL DE SOJA	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATAS A LO POBRE FRUTA
11	12	13	14	15
ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA LECHUGA Y PEPINO FRUTA	AL SON DE LA TERRETA (C.VALENCIANA) ENSALADA MEDITERRANEA PAELLA TRADICIONAL VALENCIANA CÍTRICOS DE LA TERRETA	ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO POSTRE VEGETAL DE SOJA	JUDÍAS VERDES CON PATATAS POLLO AL AJILLO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA
18	19	20	21	22
SOPA DE LETRAS ESTOFADO DE CERDO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS FRUTA	LENTEJAS (ECOLÓGICO) ESTOFADAS TORTILLA DE ATÚN TOMATE ALIÑADO POSTRE VEGETAL DE SOJA	DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO MACARRONES CON TOMATE NUGGETS DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA GARBANZOS A LA BOLOÑESA ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA POSTRE VEGETAL DE SOJA	ARROZ (INTEGRAL) CON TOMATE FILETE DE ABADEJO EN SALSA PATATAS FRITAS FRUTA
25	26	27	28	29
FIDEUA CON VERDURITAS POLLO ASADO CON TOMILLO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO HUEVOS FRITOS LECHUGA Y JUDIA BROTE POSTRE VEGETAL DE SOJA	JORNADA FISH REVOLUTION CREMA DE ALUBIAS ECO CON ZANAHORIA ABADEJO FRITO CON MAIZENA LECHUGA FRUTA	VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA) HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS POSTRE VEGETAL DE SOJA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS Y MORCILLO REPOLLO FRUTA

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.