



		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª semana	Almuerzo	1º 1-Crema de calabaza- 2º Empanadillas de pescado al horno con tomate Aliñado Postre: Fruta	1º Puré de puerro y calabacín 2º Rapo vieja de cerdo y ternera frescos Postre: Fruta	1º Potaje de huevo 2º Pechuga de pollo asada con remolacha y maíz Postre: Fruta	1º Espaguetis integrales con verduras 2º Atún en aceite con batavia y zanahoria. Postre: Fruta	1º Judías blancas 2º Huevos con pavo Premium y arroz blanco Postre: Fruta
	Recomendación cena	- Legumbres - Huevo o Carne	- HC (pasta/arroz) - Pescado	- Legumbre - Huevo	- Verdura - Carne	- Verdura/hortaliza - Pescado
2ª semana	Almuerzo	1º Crema de verduras 2º Empanado de pollo al horno con lechuga iceberg y cherrys Postre: Fruta	1º Potaje de espinacas 2º Paella de pulpo Postre: Fruta	1º Potaje de zanahorias 2º Tortilla española con remolacha y aceitunas Postre: Fruta	1º Caldo de pescado 2º Hamburguesa fresca de cerdo a la plancha con tomata y maíz Postre: Fruta	1º Lentejas compuestas 2º Pizza casera de atún, jamón y queso Postre: Fruta
	Recomendación cena	- HC (pasta/arroz) - Huevo	- Legumbre - Carne	- Legumbre - Pescado	- Verdura/hortaliza - Pescado	- Verdura/hortaliza - Huevo
3ª semana	Almuerzo	1º Potaje de berros 2º Salchichas de pavo/pollo en salsa con arroz Postre: Fruta	1º Garbanza con verduras 2º Huevos rotos al horno (huevo, maíz, tomate, champiñones) Postre: Fruta	1º Crema de calabaza 2º Eglefino al horno con batavia y zanahoria Postre: Fruta	1º Puré de lentejas 2º Estofado de ternera fresco con verduras Postre: Fruta	COMIDA FIN DE CURSO 1º Espaguetis a la boloñesa 2º Naggets de pollo con papa fritas Postre: Helado
	Recomendación cena	- HC (pasta/arroz) - Pescado	- HC (pasta/arroz) - Carne	- Legumbre - Carne o huevo	- Verdura/hortaliza - Huevo	- Legumbre - Pescado

\*EL MENÚ PUEDE VARIAR EXCEPCIONALMENTE POR RAZONES JUSTIFICADAS, Y LOS POSTRES VARIARÁN DEPENDIENDO DE LAS EXISTENCIAS

Este menú ha sido valorado por D. Sergio Alonso Marrero (col. nº xxxxxxxx), atendiendo a criterios de composición nutricional, estructura, frecuencia, combinaciones de alimentos y técnicas culinarias empleadas en su elaboración.

Firmado: D. Sergio Alonso Marrero

