

<p><b>LUNES 4</b></p> <p>1º Lentejas estofadas con verduras. 2º Lomo mechado con patatas panaderas. Fruta de temporada. Pan integral.</p>	<p><b>MARTES 5</b></p> <p>1º Puchero de garbanzos, verdura y fideos. 2º Salchichas al vino con patatas asadas Pan blanco. Fruta de temporada.</p>	<p><b>MIÉRCOLES 6</b></p> <p>1º Guisantes con jamón. 2º Tortilla de patatas con rodajas de tomate. Fruta de temporada pan blanco.</p>	<p><b>JUEVES 7</b></p> <p>1º Sopa de arroz de cocido. 2º Taquitos de adobo de abadejo con tomate aliñado. Fruta temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>VIERNES 8</b></p> <p>1º Puré de calabacín. 2º Pizza con ingredientes caseros. Fruta de temporada. Pan integral.</p>
<p><b>LUNES 11</b></p> <p>1º Garbanzos con verduras trituradas. 2º Pollo al chilindrón de verduras. Frutas de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>MARTES 12</b></p> <p>1º Guiso de patatas choco. 2º Tortilla francesa, queso, jamón york y arroz blanco. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b></p> <p>1º Paella de Verduras (alcachofas) 2º Merluza plancha con lechuga y zanahorias. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>JUEVES 14</b></p> <p>1º Potaje de alubias blancas. 2º Boquerones fritos con lechuga. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>VIERNES 15</b></p> <p>1º Macarrones con tomate y verduras trituradas. 2º Hamburguesas mixta con lechuga, tomate y zanahoria. Yogur. Pan integral.</p>
<p><b>LUNES 18</b></p> <p>1º Sopa de garbanzos, carne, picatostes, huevo y jamón. 2º Croquetas caseras de jamón y pollo más ensalada con maíz. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>MARTES 19</b></p> <p>1º Arroz a la cubana con tomate frito natural triturado. 2º Magro de cerdo en salsa con verduras al horno. Fruta de temporada Pan integral.</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b></p> <p>1º Crema de zanahorias. 2º Muslos de pollo con champiñones. Yogur. Pan blanco</p>	<p><b>JUEVES 21</b></p> <p>1º Marmitako de atún, patatas y berenjenas. 2º Lomo a la plancha con ensalada. Fruta de temporada. Pan blanco</p>	<p><b>VIERNES 22</b></p> <p>1º Macarrones con pisto. 2º Merluza al horno con lechuga, tomate y zanahoria. Fruta de temporada. Pan blanco</p>
<p><b>LUNES 25</b></p> <p>1º Puré de calabacín con pipas de calabaza. 2º Estofado de champiñones, zanahorias y ternera. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>	<p><b>MARTES 26</b></p> <p>1º Arroz tres delicias pollo, maíz y zanahoria. 2º Huevos rotos con tomate y jamón. Fruta de temporada Pan blanco.</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b></p> <p>1º Alubias estofadas con verduras. 2º Buñuelos de bacalao con lechuga, maíz y zanahoria. Fruta de temporada. Pan integral.</p>	<p><b>JUEVES 28</b></p> <p>1º Fideuá de pescado. 2º Albóndigas en salsa con arroz blanco. Fruta de temporada. pan blanco</p>	<p><b>VIERNES 29</b></p> <p>1º Ensalada patatas cocidas, bacalao, garbanzos y huevo duro. 2º Nuggets de pollo con lechuga y tomate. Fruta de temporada. Pan blanco.</p>

**"EL FOGÓN FAMILIAR" EVARISTO MARTIN: 633830098**

INFORMA: Los menús han sido modificados por recomendaciones nutricionales, estamos a vuestra disposición para informar y valorar propuestas.



Mayca Carrillo Suárez  
Dietista-Nutricionista  
Nº Colegiada AND-00797

**SIMBOLOGÍA ALÉRGENOS:**

