

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LTP (Si frutas y verduras peladas y lavadas*) NO plátano NO kiwi. NO brócoli, NO pimientoNO col lombardaNO Aceite de girasol NO tomate crudo NO bacon No espinacas NO Proteína leche de vaca(PLV), NO leche sin lactosa. NO frutos secos. NO Pescado blanco.NO atunNO Legumbres y cereales. Si puede pasta, avena o arroz, calabacín. Si lentejas, garbanzos y guisantes, judías verdes, alubias blancas y rojas,lechuga, canónigos, hoja de roble, brotes tiernos. zanahoria cruda, maíz, aceitunas. Si pan. Si tomate pelado y guisado*.Cebolla cruda y cocinada.Sólo yogures de soja. Si aceite de oliva. Si miel, Si pasas y ciruelas secas. Si quinoa, Si castañas y almendras tostadas sin piel y crudas. Si bacalao, salmón, merluza. Si ternera, pollo		<div>Festivo</div>		<div>Festivo</div>		<div>Festivo</div>			
1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) sin plv (1, 3, 6, 10) 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS (9) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P LENTEJAS ESTOFADAS (1) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 4) GU ENSALADA DE PEPINO PO YOGUR DE SOJA (6)		1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 2P DADOS DE POLLO GUISADOS (1, 2) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P SOPA DE PICADILLO (1, 3, 6, 9, 10) 2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO		1P JUDÍA VERDE CON ZANAHORIA BABY 2P CINTA DE LOMO CON SALSA DE MOSTAZA Y MIEL (10, 12) GU PATATA PANADERA PO YOGUR DE SOJA (6)	
6		7		8		9		10	
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (4) GU ZANAHORIA BABY PO FRUTA DEL TIEMPO		1P SOPA DE COCIDO (1, 3, 6, 10) 2P COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo) GU REPOLLO REHOGADO PO YOGUR DE SOJA (6)		<div>Festivo</div>		1P CREMA DE ZANAHORIAS 2P LOMO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAIZ (9) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional sin atún (3) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU CALABACÍN A LA PLANCHA PO YOGUR DE SOJA (6)	
13		14		15		16		17	
1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA CON ACEITE DE ROMERO sin plv 2P SALCHICHAS DE CERDO A LA PLANCHA (6, 9, 12) GU LECHUGA Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO FRUTA DEL TIEMPO		1P MACARRONES EN SALSA DE TOMATE sin plv (1, 3, 6, 10) 2P BACALAO SAN PEDRO AL HORNO (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA Y MAIZ (9) PO YOGUR DE SOJA (6)		1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA CON PEPINO PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ENSALADA DE LENTEJAS (olivas negras Y zanahoria) sin atún (1) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU PATATA PANADERA PO FRUTA DEL TIEMPO		1P PAELLA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAIZ (9) PO YOGUR DE SOJA (6)	
20		21		22		23		24	
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS (pollo y ternera) CON SALSA DE TOMATE (1, 6, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO (9) CUSCÚS SALTEADO (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO		1P CREMA DE PUERROS DADOS DE PAVO ESTOFADOS 2P CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA GU PO FRUTA DEL TIEMPO		1P MOUSSAKA DE VERDURAS sin plv 2P POLLO AL HORNO HUMMUS CASERO CON ZANAHORIA (11) GU PO YOGUR DE SOJA (6)		1P ENSALADA DE FUSSILIS (aceitunas verdes, maíz y orégano) sin atún (1, 3, 6, 10) 2P PESCADO DE MERCADO DEL DIA (4) GU ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO		1P ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS 2P TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) GU ENSALADA LECHUGA GU PO YOGUR DE SOJA (6)	
27		28		29		30		31	

Los postres pueden variar de día para garantizar el consumo de la fruta en su punto óptimo de maduración.