

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	5 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Fruta de Temporada	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada Permitida	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	5 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Fruta de Temporada Permitida	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Fruta de Temporada Permitida	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Permitida	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada Permitida	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Fruta de Temporada Permitida	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Permitida	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Fruta de Temporada Permitida Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Chuleta de Pavo Asada Judías Verdes Salteadas Fruta de Temporada	4 Arroz Integral Campesina Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	5 Lentejas con Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha Ensalada Picada Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Fruta de Temporada	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Tortilla Francesa Arroz Pilaf Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Pechuga de Pollo Asada Ensalada Verde Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Cerdo a la Gallega Pisto de Verduras Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Tortilla Francesa Guisantes Salteados Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	5 Crema de Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Dieta Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	12 Pasta a la Provenzal Dieta Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	24 Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	5 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata San Jacobo Frito Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	5 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	4 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	5 Lentejas con Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Pan Integral Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
9 Pasta con Tomate Buñuelos de Bacalao Fritos Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	12 Pasta en Salsa Provenzal Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Menestra Rehogada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
16	17	18 Crema Hortelana Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural
23 Pasta con Verduras Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	24 Lentejas Estofadas Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Integral Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada Yogur Natural

mediterránea

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Calabaza y Patata Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	3 Puchero de Garbanzos Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	4 Paella Integral de Marisco Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	5 Crema de Verduras Merluza Asada Ensalada Picada Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	6 Pasta a la Casera Dieta Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Arroz Integral con Tomate Frito Eco Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	10 Crema de Verduras Tortilla de Patata y Calabacín Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	11 Potaje de Judías Blancas Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	12 Pasta a la Provenzal Dieta Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	13 Garbanzos Guisados Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
16	17	18 Cazuela de Arroz Integral Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	19 Alubias Blancas Estofadas Salchichas al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	20 Judías Verdes con Patata y Tomate Caballitas en Aceite Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Arroz Integral a la Cubana Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	24 Brócoli al Pimentón Tortilla de Patata y Cebolla Ensalada Verde Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	25 Crema Hortelana Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	26 Pasta con Tomate Dieta Hamburguesa de Pavo con Cebolla al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten Fruta de Temporada	27 Garbanzos con Verduras Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados Pan Sin Gluten Fruta de Temporada Yogur de Soja

mediterránea

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Crema de Calabaza 130g de Patata, 200g de Calabaza 3 R de HC Filete de Cerdo a la Gallega Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	3	Puchero de Garbanzos 165g de Garbanzos 3 R de HC Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Judías Verdes Salteadas (Poca Cantidad) Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	4	Paella Integral de Marisco 80g de Arroz 2 R de HC Tortilla de Patata y Cebollla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	5	Lentejas con Verduras 150g de Lentejas 3 R de HC Merluza Asada Ensalada Picada Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	6	Pasta a la Casera 135g de pasta 3 R de HC Pollo al Horno Marinado Jardinera de Verduras (Poca Cantidad) Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
9	Arroz Integral con Tomate 114g de Arroz 3 R de HC Abadejo al Horno con Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	10	Crema de Verduras 65g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2 R de HC Tortilla de Patata y Calabacín 107g de Tortilla 1,5 R de HC Ensalada Verde Pan Integral 10g de Pan 0,5 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	11	Potaje de Judías Blancas 110g de Alubias 2 R de HC Chuleta de Pavo Asada en Salsa Patatas Rehogadas 35g de Patata 1R de HC Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	12	Pasta a la Provenzal 135g de Pasta 3 R de HC Pinchito de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	13	Garbanzos Guisados 110g de Garbanzos 2 R de HC Merluza al Vapor al Romero Arroz Pilaf Integral 40g de Arroz 1 R de HC Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
16		17		18	Cazuela de Arroz Integral 114g de Arroz 3 R de HC Palometa al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	19	Alubias Blancas Estofadas 165g de Alubias 3 R de HC Pechuga de Pollo Asada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	20	Judías Verdes con Patata 250g de Judías Verdes y 65g de Patata Hervida 2 R de HC Merluza al Vapor Ensalada Verde Pan Integral 50g de Pan 2,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C
23	Arroz Integral a la Cubana 120g de Arroz 3 R de HC Alitas de Pollo Asadas con Pimentón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	24	Lentejas Estofadas 100g de Lentejas 2 R de HC Tortilla de Patata y Cebollla 63,5g de Tortilla 1 R de HC Ensalada Verde Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	25	Crema Hortelana 100g de Patata, 150g Calabacín, 70g Zanahoria 2,5 R de HC Filete de Abadejo Horneado con Ajo y Perejil Pisto de Verduras Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	26	Pasta con Tomate 135g de Pasta 3 R de HC Chuleta de Pavo Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral 20g de Pan 1 R de HC Fruta de Temporada 1R de HC	27	Garbanzos con Verduras 165g de Garbanzos 3 R de HC Merluza al Limón Horneada Guisantes Salteados (poca cantidad) Pan Integral 30g de Pan 1,5 R de HC Yogur Natural 0,5 R de H.C

mediterránea