

| SEMANAS DEL MENÚ CURSO 2013-2014 |           |           |           |           |           |           |           |
|----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| SEMANA 1                         | SEMANA 2  | SEMANA 3  | SEMANA 4  | SEMANA 5  | SEMANA 6  | SEMANA 7  | SEMANA 8  |
| Sep 10-13                        | Sep 16-20 | Sep 23-27 | Oct 30-4  | Oct 7-11  | Oct 14-17 | Oct 21-25 | Oct 28-31 |
| Nov 4-8                          | Nov 11-15 | Nov 18-22 | Nov 25-29 | Dic 2-5   | Dic 10-13 | Dic 16-20 | Ene 8-10  |
| Ene 13-17                        | Ene 20-24 | Ene 27-31 | Feb 3-7   | Feb 10-14 | Feb 17-21 | Feb 24-26 | Mar 3-7   |
| Mar 10-14                        | Mar 17-21 | Abr 24-28 | Abr 31-4  | Abr 7-11  | Abr 21-25 | Abr 28-30 | May 5-9   |
| May 12-16                        | May 19-23 | May 26-30 | Jun 2-6   | Jun 9-13  | Jun 16-20 |           |           |

| SEMANA  | BOCADILLOS DE MERIENDA SECUNDARIA Y POSTOBLIGATORIA |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
|---|---|----------------------------|----------------------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------|
|   | LUNES   |                            | MARTES                     |                              | MIÉRCOLES                  |                            | JUEVES                     |                            | VIERNES                      |
| 1   | Choppe pavo /Jamón Serrano                          |                            | Atún/Chocolate             |                              | Chorizo/Nocilla            |                            | Salchichón /paté           |                            | Pechuga pavo/F.Empanado      |
| 2   | Atún /Chorizo                                       |                            | Chocolate/Jamón Serrano    |                              | Choppe pavo/Nocilla        |                            | Queso/Pechuga pavo         |                            | Salchichón /Choppe pavo      |
| 3   | Chorizo /Salchichón                                 |                            | Atún /Jamón Serrano        |                              | Pechuga pavo/Nocilla       |                            | Choppe pavo /paté          |                            | Chocolate/Filete pollo       |
| 4   | Queso/ Chocolate                                    |                            | Atún /Jamón serrano        |                              | Chorizo/nocilla            |                            | Choppe -20pavo /Salchichón |                            | Pechuga pavo/Filete de cerdo |
| 5   | Paté /Jamón serrano                                 |                            | Salchichón/ Chocolate      |                              | Atún /nocilla              |                            | Chorizo /Choppe            |                            | Pechuga pavo/ Atún           |
| 6   | Chocolate /Chorizo                                  |                            | Choppe/Jamón serrano       |                              | Atún /Nocilla              |                            | Salchichón/Pechuga pavo    |                            | Queso/Filete empanado        |
| 7   | Paté /Salchichón                                    |                            | Chorizo/Jamón serrano      |                              | Atún /Nocilla              |                            | Chocolate/Pechuga pavo     |                            | Choppe/Filete cerdo          |
| 8   | Salchichón/ Chocolate                               |                            | Atún /Jamón serrano        |                              | Chorizo/Nocilla            |                            | Choppe pavo /Queso         |                            | Pechuga pavo/F.Empanado      |
|   | MERIENDAS HIPOCALÓRICAS                             |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
|   | LUNES   |                            | MARTES                     |                              | MIÉRCOLES                  |                            | JUEVES                     |                            | VIERNES                      |
| 1   | Fruta   | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo           | Yogur desnatado y galletas | Medio sanwiche jamón york  | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Medio Sanwich pollo          |
| 2   | Fruta   | Medio Sanwich pollo        | Yogur desnatado y galletas | Medio sanwiche jamón serrano | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo         | Fruta                        |
| 3   | Yogur desnatado y galletas                          | Medio sanwiche jamón york  | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas   | Fruta                      | Medio Sanwich pollo        | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Fruta                        |
| 4   | Fruta   | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo           | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo         | Yogur desnatado y galletas   |
| 5   | Fruta   | Medio Sanwich pollo        | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas   | Fruta                      | Medio Sanwich pavo         | Yogur desnatado y galletas | Medio sanwiche jamón york  | Fruta                        |
| 6   | Fruta   | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo           | Yogur desnatado y galletas | Medio sanwiche jamón york  | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Sanwich pollo                |
| 7   | Fruta   | Medio Sanwich pollo        | Yogur desnatado y galletas | Medio sanwiche jamón serrano | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Fruta                      | Medio Sanwich pavo         | Fruta                        |
| 8   | Yogur desnatado y galletas                          | Medio sanwiche jamón york  | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas   | Fruta                      | Medio Sanwich pollo        | Fruta                      | Yogur desnatado y galletas | Fruta                        |
| El choppe será de ternera, la fruta distinta a la del almuerzo y cena y lo variada que sea posible. Se suministrará cuando sea factible la fruta en su jugo.  |   |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
| Pan integral en todas las comidas y una pieza de 50 gramos por toma.  |   |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
| Los lácteos serán siempre desnatados  |   |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
| VARIANTES EN MERIENDA (No cerdo)  |   |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |
| Jamón Serrano= Queso                      Chorizo= Bocado de atún    Paté= Tortilla patatas<br>Jamón York= Chocolate                      Salchichón= Nocilla |   |                            |                            |                              |                            |                            |                            |                            |                              |

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 1

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Patatas guisadas con carne de ternera.  
Chocos fritos.  
Ensalada E 2.  
Fruta

Sopa de verduras o picadillo. Pechuga de pollo a la plancha con puré de patatas  
Lácteo y fruta



#### MARTES



Macarrones al horno con chorizo y queso rallado.  
Pollo asado con guarnición  
G4. Ensalada.  
E5 Fruta

Sopa de picadillo. Hamburguesa de cerdo y ternera con patatas y ketchup.  
Postre lácteo y fruta.



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Potaje de alubias.  
Carne mechada de cerdo con guarnición  
G1. Ensalada  
E 3 Fruta

Revuelto de huevo con patatas y chorizo. Lenguado a la plancha. Postre lácteo y fruta.



#### JUEVES



Arroz con carne de cerdo. Marrajo a la plancha guarnición  
G2. Ensalada  
E1. Fruta

Pasta en ensalada. Tortilla francesa con croquetas  
Postre lácteo y fruta.



#### VIERNES



Potaje de lentejas con chorizo.  
Pescado guisado con G6.  
Ensalada Nº 4.  
Fruta

#### ENSALADAS

E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)  
E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)  
E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)  
E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)  
E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

G1.- Champiñones guisados  
G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo  
G3.- Patatas fritas  
G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas  
G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento  
G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón  
G7.- Coliflores cocinadas  
G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cajo  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 2

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Espaguetis a la carbonara.  
Filete pez espada a la plancha.  
Ensalada E1  
Fruta

Crema de verduras  
Tortilla francesa con jamón york y queso  
Postre lácteo y Fruta



#### MARTES



Potaje de garbanzos  
Pechuga pollo a la plancha con G8  
Ensalada E2  
Fruta

Sopa picadillo  
Filete de panga frito con ensalada E5  
Postre lácteo y fruta



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Arroz con carne de ternera  
Pescado guisado con verduras G7  
Ensalada E3  
Fruta

Puré de verduras  
Pizza (tomate, queso, atún, jamón york, chorizo)  
Lácteo y fruta



#### JUEVES



Patatas guisadas con cazón  
Huevos rellenos con mayonesa  
Ensalada E4  
Fruta

Sopa de pollo con fideos  
Albóndigas de cerdo con tomate frito, guarnición G3  
Lácteo y fruta



#### VIERNES



Guiso de lentejas con arroz  
Merluza a la romana con salsa o mayonesa  
Ensalada E5  
Fruta

**ENSALADAS**  
E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)  
E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)  
E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)  
E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)  
E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

**GUARNICIONES**  
G1.- Champiñones guisados  
G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo  
G3.- Patatas fritas  
G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas  
G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimienta  
G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón  
G7.- Coliflores cocinadas  
G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cao  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo, respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 3

ALMUERZO

CENA

### LUNES



Macarrones al horno con carne, tomate y queso rallado  
Fritos de pescado  
Ensalada E4  
Fruta

Ensalada de patatas aliñadas o puré  
Alitas de pollo fritas  
Postre lácteo y fruta



### MARTES



Arroz marinera  
Albóndigas dos salsas (carne y tomate)  
Ensalada E1  
Fruta

Sopa de verduras  
Carne de ternera a la jardinera  
Lácteo y fruta



### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Potaje alubias  
Marrajo plancha con guarnición  
G2.Ensalada E3  
Fruta

Arroz a la cubana  
Huevos con salchichas de pollo/pavo  
Fruta y lacteo



### JUEVES



Patatas guisadas con choco  
Pechuga de pollo con G1  
Ensalada E5  
Fruta

Sopa de picadillo  
Hamburguesa con patatas fritas mayonesa y ketchup  
Postre lácteo y fruta



### VIERNES



Cocido en blanco con arroz  
Filete de pescado a la roteña  
Ensalada E2  
Fruta

#### ENSALADAS

- E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)
- E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)
- E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)
- E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)
- E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

- G1.- Champiñones guisados
- G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo
- G3.- Patatas fritas
- G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas
- G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento
- G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón
- G7.- Coliflores cocinadas
- G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

- Leche-Café-Zumos-Cola-cao
- Pan-Mantequilla
- Foie gras-Mermelada
- Cereales /
- Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)
- Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 4

ALMUERZO

CENA

### LUNES



Espirales de vegetal con verduras  
Marrajo a la plancha con salsa verde o mayonesa  
Ensalada E5  
Fruta

Arroz chino o tres delicias  
Pechuga de pollo a la plancha con guarnición G2  
Lácteo y fruta



### MARTES



Guiso de garbanzos con acelgas  
Huevos con pisto de verduras.  
Ensalada E2  
Fruta

Tortellinis o lasaña  
Lenguado frito  
Postre fruta y lácteo



### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Arroz con carne de cerdo  
Pescado guisado/plancha con guarnición G6  
Ensalada E3  
Fruta

Sopa de fideos  
Tortilla francesa con jamón york y queso  
Lácteo y fruta



### JUEVES



Guiso de lentejas con chorizo  
Pollo al horno con guarnición G3  
Ensalada E4  
Fruta

Puré de verduras  
Perrito caliente con tomate frito natural  
Postre lácteo y fruta



### VIERNES



Patatas guisadas con carne de ternera  
Filete de pescado empanado  
Ensalada E1.Fruta

#### ENSALADAS

E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)  
E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)  
E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)  
E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)  
E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

G1.- Champiñones guisados  
G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo  
G3.- Patatas fritas  
G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas  
G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento  
G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón  
G7.- Coliflores cocinadas  
G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cao  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 5

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Arroz con carne de pollo  
Merluza a la Romana con salsa o mayonesa  
Ensalada E1  
Fruta

Sopa de picadillo  
Carne al horno con guarnición G1  
Lácteo y fruta



#### MARTES



Guiso de alubias  
Pollo asado con guarnición G5  
Ensalada E2  
Fruta

Revuelto de chorizo patatas y jamón york  
Pescado empanado  
Postre lácteo y fruta



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Espaguetis con carne, tomate y queso rallado  
Cazón con guisantes  
Ensalada E3  
Fruta

Puré o sopa verduras  
Pizza (tomate, queso, atún, jamón york, chorizo)  
Lácteo y fruta



#### JUEVES



Guiso de garbanzos con arroz y chorizo  
Chocos fritos  
Ensalada E5  
Fruta

Ensalada E4  
Tortilla de patatas  
Postre lácteo y fruta



#### VIERNES



Patatas guisadas en veranillo  
Filete de cerdo en salsa  
Ensalada E4  
Fruta

#### ENSALADAS

E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)  
E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)  
E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)  
E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)  
E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

G1.- Champiñones guisados  
G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo  
G3.- Patatas fritas  
G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas  
G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento  
G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón  
G7.- Coliflores cocinadas  
G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cao  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 6

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Guiso de lentejas  
Huevos a la flamenca con  
Ensalada E2  
Fruta

Sopa  
Anetos con puré de patatas  
Lácteo y fruta



#### MARTES



Patatas guisadas con carne de cerdo  
Cazón en adobo  
Ensalada E1  
Fruta

Sopa de verduras  
Sanwich con picadillo de tomate, atún, cebolla, etc...  
Lácteo y fruta



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Potaje de alubias  
Filete de pescado empanado con mayonesa  
Ensalada E5  
Fruta

Arroz a la cubana  
Huevos con salchichas  
Ketchup y mayonesa  
Postre lácteo y fruta



#### JUEVES

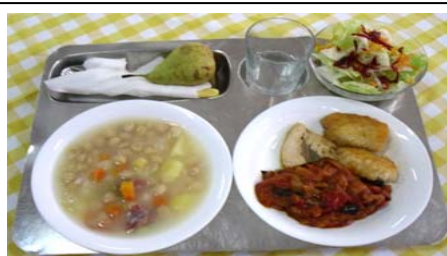


Macarrones al horno con tomate, queso y bacón  
Pollo al ajillo con guarnición  
G6  
Ensalada E3  
Fruta

Puré de verduras  
Filete de pescado a la plancha/horno con guarnición  
G1  
Lácteo y fruta



#### VIERNES



Puchero andaluz  
Pescado guisado con  
G8  
Ensalada E4  
Fruta

#### ENSALADAS

E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)  
E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)  
E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)  
E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)  
E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

G1.- Champiñones guisados  
G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo  
G3.- Patatas fritas  
G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas  
G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento  
G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón  
G7.- Coliflores cocinadas  
G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cao  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.

# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 7

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Arroz a la marinera  
Huevos rellenos con mayonesa  
Ensalada E5  
Fruta

Puré o rehogado de verduras  
Pechuga pollo a la plancha con guarnición G3  
Postre lácteo y fruta



#### MARTES



Espaguetis con tomate y chacinadas variadas  
Pescado a la plancha con mayonesa o salsa  
Ensalada E2  
Fruta

Sopa de picadillo  
Hamburguesa con keetchup  
Postre lácteo y fruta



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Cocido en blanco  
Solomillo de cerdo a la plancha con G2  
Ensalada E3  
Fruta

Arroz tres delicias  
Merluza frita con G7  
Lácteo y fruta



#### JUEVES



Guiso de lentejas con chorizo  
Pescado a la roteña con Ensalada E4  
Fruta

Ensalada de pasta  
Tortilla de patatas  
Lácteo y fruta



#### VIERNES



Guiso de alubias estofadas  
Carne mechada de cerdo en salsa  
Ensalada E1  
Fruta

#### ENSALADAS

- E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)
- E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)
- E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)
- E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)
- E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

- G1.- Champiñones guisados
- G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo
- G3.- Patatas fritas
- G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas
- G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento
- G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón
- G7.- Coliflores cocinadas
- G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

Leche-Café-Zumos-Cola-cajo  
Pan-Mantequilla  
Foie gras-Mermelada  
Cereales /  
Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)  
Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.



# RESIDENCIA ESCOLAR "Sanlúcar El Picacho"

## SEMANA Nº 8

### ALMUERZO

### CENA

#### LUNES



Arroz a la marinera  
Pescado frito  
Ensalada E2  
Fruta

Sopa de picadillo  
Pizza (tomate, queso, atún, jamón york, chorizo)  
Postre lácteo y fruta



#### MARTES



Guiso de lentejas con arroz  
Pollo al horno con guarnición G3  
Ensalada E5  
Fruta

Revuelto de huevos, patatas, judías verdes, guisantes y jamón serrano  
Pescado blanco plancha con guarnición G2  
Lácteo y fruta



#### MIÉRCOLES (pan integral en el almuerzo y cena)



Espaguetis con carne picada, tomate y queso rallado  
Pescado a la plancha  
Ensalada E4  
Fruta

Arroz a la cubana  
Huevos con salchichas de pollo/pavo  
Kepchup y mayonesa  
Lácteo y fruta



#### JUEVES



Guiso de garbanzos con carne y verduras  
Chocos fritos  
Ensalada E3  
Fruta

Puré de verduras  
Hamburguesa completa (tomate y cebolla)  
Postre lácteo y fruta



#### VIERNES



Patatas guisadas en veranillo  
Filete de cerdo con guarnición G1  
Ensalada E1  
Fruta

#### ENSALADAS

- E1.- Ensalada Mixta (lechuga, atún y huevos duros)
- E2.- Ensalada tradicional (lechuga, cebolla y tomate)
- E3.- Ensalada vegetal (lechuga, maíz, remolacha y zanahoria)
- E4.- Ensalada casera (lechuga, tomate, palmito y atún)
- E5.- Ensalada tropical (lechuga, jamón york y piña)

#### GUARNICIONES

- G1.- Champiñones guisados
- G2.- Judías verdes rehogadas con aceite y ajo
- G3.- Patatas fritas
- G4.- Menestra de verduras variadas cocinadas
- G5.- Patatas a lo pobre pochadas con cebolla y pimiento
- G6.- Habitas rehogadas con jamón o berenjenas al bastón
- G7.- Coliflores cocinadas
- G8.- Pisto de verduras

#### DESAYUNO

- Leche-Café-Zumos-Cola-cajo
- Pan-Mantequilla
- Foie gras-Mermelada
- Cereales /
- Churros/ Bollería casera (alternos, los martes)
- Lonchas de jamón, jamón york y tomate triturado los jueves

**BEBIDA EN LAS COMIDAS Y CENAS:** Agua, en las meriendas batido y zumo respectivamente.

**FRUTA:** Variada diariamente y de temporada.

**PAN EN CADA COMIDA DEL DÍA:** Fresco y de entrega diaria en raciones suficientes.