



COMIDA

CENA

	COMIDA	CENA
LUNES	<ul style="list-style-type: none"> • Brócoli con calabaza y cebolla salteada. • Lomo de cerdo a la plancha con guarnición de arroz integral. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de kale con tomate cherry, aguacate, zanahoria, huevo duro, queso fresco y pan tostado.
MARTES	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de tomate y pepino con albahaca fresca. • Conejo con ajo y perejil y patata panadera al horno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calabacín y berenjena a la plancha. • Sepia troceada a la plancha con ajo y limón con guarnición de cuscús hervido.
MIÉRCOLES	<ul style="list-style-type: none"> • Menestra de verduras con patata hervida. • Bacalao con perejil a la plancha. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de brotes de lechuga, cebolla, con 1 lata de atún y pavo en lonchas y espirales de pasta integrales hervidos,
JUEVES	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de espinacas con zanahoria, pimiento rojo y rábanos con pasta hervida. • Atún a la plancha con ajo y perejil. 	<ul style="list-style-type: none"> • Col de Bruselas con zanahoria al horno • Huevo Frito con quínoa hervida.
VIERNES	<ul style="list-style-type: none"> • Guiso de pollo con patata cocida y verdura (tomate natura, zanahoria, cebolla, pimiento verde y calabacín). 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de patata con pimiento verde y tomate. • Merluza a la plancha con ajo y perejil.
SÁBADO	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de canónigos, pepino con tomate al horno con lentejas hervidas. • Filete de ternera a la plancha. 	<ul style="list-style-type: none"> • Champiñones salteados con cebolla. • Revuelto de gambas con ajos tiernos y tostada de pan.
DOMINGO	<ul style="list-style-type: none"> • Tallarines de calabacín con tomate y zanahoria. • Pollo al horno con guarnición de garbanzos hervidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lenguado al horno con escalibada y guarnición de patata panadera con orégano.