ALMUERZO

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	Lentejas estofadas.	Fideos marineros	Arroz con pollo	Estofado	Habichuelas pintas	Garbanzos con acelgas	Macarrones con atún
	Pescado en salsa	Pechuga de pollo	Merluza en salsa verde	Pescado azul con guisantes	Carne en salsa	Pescado al ajillo	Musaka
2	Arroz con verduras	Alubias blancas	Potaje de Garbanzos	Lentejas	Estofado	Arroz con pollo	Espaguetis con tomate
	Carne en salsa	Pescado a la roteña	Lomo Mechado	Tortilla de patatas	Empanadilla de atún	Merluza en salsa verde	Albóndigas de pollo en salsa
3	Lentejas con arroz y zanahorias	Estofado con carne	Potaje de judías pintas	Garbazos con calabaza	Alubias blancas	Arroz con pollo	Pasta boloñesa
	Pescado al ajillo	Salteado de champiñones y verduras	Ternera en salsa	Hamburguesas de pescado	Canelones de atún	Pescado azul	Tortilla francesa
4	Arroz con verduras	Potaje de alubias	Lentejas	Estofado de verduras	Fideos marinera	Garbanzos con bacalao	Pasta a la napolitana
	Albóndigas de pollo	Lomo al horno con verduras	Tortilla de patatas	Carne en salsa	Pescado al chilindrón	Croquetas de pescado	Pollo en salsa
5	Garbanzos con espinacas	Sopa de picadillo	Judias pintas	Sopa de tomate	Alubias blancas	Lentejas con verduras	Macarrones
	Lasaña de carne y patatas	Albóndigas de pollo	Pescado a la marinera	Tortilla francesa con verdura	Filete de pescado empanado	Churrasco de pollo con guarnición	Albóndigas a la jardinera

CENA

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	Sopa de fideos	Pisto	Pasta con atún	Champiñones salteados	Sopa	Arroz 3 delicias	Ensalada de pimientos asados
	Polo asado	Croquetas con ensalada	Saltado de pollo con verduras	Tortilla francesa	Empanadillas de atún	Pescado al horno	Filete de lomo adobado
2	Ensalada de judias verdes	Emblanco	Pasta salteada	Puchero con arroz	Ensalada cóctel	Crema de calabaza	Arroz a la cubana
	Pescado al horno	Pollo a la plancha	Albóndigas de pescado	Filete de ternera en salsa	Croquetas	Hamburguesas de pollo	Varitas de merluza
3	Sopa de minestrones	Arroz salteado	Ensalada de pasta	Pisto	Ensalada mixta	Ensaladilla rusa	Patatas aliñadas
	Pollo empanado	Tortilla de patatas	Empanadilla de atún	Pollo al horno	Pescado azul	Carne en salsa	Lagrimitas de pollo
4	Revuelto de verduras	Guiso de patatas con pescado	Crema de zanahoria	Puchero con arroz	Ensalada de patatas y judías	Crema de calabacín	Arroz con pescado
	Varitas de merluza	Pollo frito	Croquetas	Merluza en salsa	Pollo al limón	Hamburguesas de pollo	Pollo al horno
5	Sopa de fideos	Crema de verduras	Macarrones con tomate	Patatas aliñadas	Crema de calabacín	Arroz 3 delicias	Ensalada mixta
	Pollo mechado	Lagrimitas de pollo	Lomo adobado	Varitas de merluza	Pollo en salsa	Pescado azul	Pollo en salsa