

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
| Ensalada de pasta s/plv Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa s/plv Arroz integral Agua, pan integral y fruta* |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/plv Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún s/plv Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/plv Salteado vegetal Agua, pan integral y fruta* |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón s/plv Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con tomate Retaburguer gourmet s/plv Patatas chips Agua, pan integral y fruta* |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos vegetales
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos vegetales

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|--|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/huevo Merluza en salsa verde s/huevo Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Pavo a la plancha Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés s/huevo Albóndigas en salsa s/huevo Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/huevo Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Lomo a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/huevo Salteado vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/huevo Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/huevo Retaburguer gourmet s/huevo Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, frutos secos, tomate, lentejas

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/huevo Merluza en salsa verde s/huevo Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas s/tomate Pavo a la plancha Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego s/tomate Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Crema de verduras Albóndigas en salsa s/huevo s/tomate Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales al ajillo s/huevo Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro al horno Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Lomo a la plancha Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/huevo Salteado vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos s/tomate Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro s/tomate Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Verduras asadas Fingers de pollo Lechuga y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/huevo Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/huevo Retaburguer gourmet s/huevo Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, crustáceos

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/huevo Merluza en salsa verde s/huevo Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Pavo a la plancha Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés s/huevo Albóndigas en salsa s/huevo Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/huevo Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Lomo a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/huevo Salteado vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz con tomate Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/huevo Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/huevo Retaburguer gourmet s/huevo Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, pescado, frutos secos

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/huevo s/atún Pollo asado Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Pavo a la plancha Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés s/huevo Albóndigas en salsa s/huevo Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/huevo Pavo a la plancha Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Lomo a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/huevo s/atún Salteado vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz con tomate Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/huevo Pavo a la plancha Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/huevo Retaburguer gourmet s/huevo Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos o legumbres
Carne o legumbres
Carne o crustáceo, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, legumbre

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|--|---|
| <p>Ensalada de pasta s/huevo s/soja Merluza en salsa verde s/huevo s/guisantes Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Arroz salteado Pavo a la plancha Patata bastón Agua, pan y fruta*</p> | <p>Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Arroz manchego Lomo a la plancha Agua, pan y fruta*</p> | <p>Salmorejo cordobés s/huevo Albóndigas en salsa s/huevo Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural</p> |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| <p>Macarrones integrales a la boloñesa s/huevo Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta*</p> | <p>Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Arroz con jamón Lomo a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan y fruta*</p> | <p>Ensaladilla olivier s/huevo Pavo asado Agua, pan integral y yogur natural</p> |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| <p>Crema de verduras jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Arroz negro Salteado de verduras y pavo Agua, pan y fruta*</p> | <p>Gazpacho Fingers de pollo Lechuga y atún Agua, pan integral y fruta*</p> | <p>Ensalada campera s/huevo Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta*</p> | <p>Tortiglioni con salsa de queso s/huevo s/soja Retaburguer gourmet s/huevo Patatas chips Agua, pan y helado</p> |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado

CENA

Pescado
Carne



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|---|--|---|---|---|
| Ensalada de pasta s/soja Merluza en salsa verde s/guisantes Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/soja Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Arroz con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Pavo asado Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Salteado de verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/soja Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No legumbre, frutos secos

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|--|---|---|---|
| Ensalada de pasta s/soja Merluza en salsa verde s/guisantes Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/soja Boquerones rebozados s/soja Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Arroz con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Pavo asado Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Salteado de verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/soja Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No legumbre, frutos secos, crustáceos, tomate

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/soja s/tomate Merluza en salsa verde s/guisantes Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego s/tomate Revuelto de picadillo Agua, pan y fruta* | Crema de verduras Albóndigas en salsa s/tomate Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales al ajillo s/soja Boquerones rebozados s/soja Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras s/tomate Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro a la plancha Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Arroz con jamón Tortilla de atún Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Pavo asado Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Salteado de verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Verduras asadas Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/tomate Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/soja Retaburger gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No legumbre, pescado

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|--|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/soja Pollo asado Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/soja Pavo a la plancha Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Arroz con jamón Tortilla francesa Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/atun Lomo a la plancha Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Pavo con verduras Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/atún Pavo a la plancha Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/soja Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo

CENA

Crustáceos, moluscos o huevo
Huevo o carne
Carne o crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No frutos secos, semillas, apio

Junio de 2026

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
| Ensalada de pasta s/mostaza Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/mostaza Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/mostaza Retaburguer gourmet s/semillas Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No frutos secos, semillas, sésamo, legumbres

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|--|---|---|--|
| Ensalada de pasta s/soja s/mostaza Merluza en salsa verde s/guisantes Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/soja s/mostaza Boquerones rebozados s/soja Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo asado Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Arroz con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Pavo asado Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Salteado de verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso s/soja s/mostaza Retaburguer gourmet s/semillas Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No frutos secos, pescado

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|---|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta Pollo asado Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Pavo a la plancha Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla francesa Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/atún Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/atún Pavo a la plancha Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, Crustáceos, moluscos o legumbres
Huevo, carne, Crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|---|---|---|--|---|
| Ensalada de pasta s/atún Pollo asado Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Pavo a la plancha Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla francesa Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier s/atún Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera s/atún Pavo a la plancha Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, Crustáceos, moluscos o legumbres
Huevo, carne, Crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Pavo a la plancha Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No chorizo (dieta suave)

Junio de 2026

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas s/chorizo Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con jamón Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés Albóndigas en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

Restrictivo a Líquidos

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|---|---|---|---|
| Ensalada de pasta Merluza con guisantes Pan integral y fruta* | Alubias blancas con verduras Huevos fritos Patata bastón Pan y fruta* | Calabaza salteada Pollo asado con tomillo Pimientos asados Pan integral y fruta* | Arroz manchego Garbanzos con picadillo Pan y fruta* | Ensalada de tomate con huevo y jamón Albóndigas Arroz integral Pan integral y fruta* |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Pan y fruta* | Calabacín salteado Magro asado Arroz integral Pan integral y fruta* | Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Pan integral y fruta* |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Pan integral y fruta* | Arroz negro con alioli Judías pintas salteadas con verduras y pavo Pan y fruta* | Ensalada de tomate Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Pan y fruta* | Tortiglioni con queso Retaburger gourmet Patatas chips Pan integral y fruta* |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

Mastocitosis cutánea

Junio de 2026

| Lunes 1 | Martes 2 | Miércoles 3 | Jueves 4 | Viernes 5 |
|--|--|--|---|--|
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Agua, pan integral y fruta* | Alubias blancas guisadas s/chorizo Huevos fritos Patata bastón Agua, pan y fruta* | Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Garbanzos en ensalada Agua, pan y fruta* | Salmorejo cordobés s/jamón Albóndigas de ternera en salsa Arroz integral Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 8 | Martes 9 | Miércoles 10 | Jueves 11 | Viernes 12 |
| Macarrones integrales a la boloñesa s/cerdo Boquerones rebozados Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral y fruta* | Paella de verduras Pollo yakitori Lechuga pepino y maíz Agua, pan y fruta* | Crema de boniato y calabacín Pavo con tomate Arroz integral Agua, pan integral y fruta* | Judías verdes rehogadas Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan y fruta* | Ensaladilla olivier Empanada vegetal Agua, pan integral y yogur natural |
| Lunes 15 | Martes 16 | Miércoles 17 | Jueves 18 | Viernes 19 |
| Ensalada de garbanzos Revuelto de huevo Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral y fruta* | Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan y fruta* | Gazpacho Fingers de pollo Lechuga huevo y atún Agua, pan integral y fruta* | Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan y fruta* | Tortiglioni con salsa de queso Retaburguer gourmet de ternera Patatas chips Agua, pan y helado |
| Lunes 22 | Martes 23 | Miércoles 24 | Jueves 25 | Viernes 26 |
| | | | | |
| Lunes 29 | Martes 30 | Miércoles 1 | Jueves 2 | Viernes 3 |
| | | | | |

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos