









































	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
DESAYUNO	<ul style="list-style-type: none"> • Café con leche semidesnatada con una cucharada de leche en polvo • 2 rebanadas de pan con mermelada* 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo • 6 galletas María con mantequilla  	<ul style="list-style-type: none"> • Tarrina de queso fresco (80 g) con mermelada • 2 rebanadas de pan con aceite de oliva*  	<ul style="list-style-type: none"> • Café con leche semidesnatada con una cucharada de leche en polvo • 6 galletas María con mantequilla  	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo • 2 rebanadas de pan con mermelada  	<ul style="list-style-type: none"> • Café con leche semidesnatada con una cucharada de leche en polvo • 1 magdalena con chocolate y nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Leche semidesnatada con una cucharada de leche en polvo • 3 panecillos de leche con mermelada 
MEDIA MAÑANA	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de 1 plátano con 2 yogures, leche en polvo y mermelada*  	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de macedonia (150 g), 2 yogures con leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de kiwi (150 g) con 2 yogures con leche en polvo y mermelada*  	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de macedonia (200 g), 2 yogures con leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de pera (150 g) con 2 yogures, leche en polvo y mermelada*  	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de fresas (150 g) con 2 yogures, leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de piña (150 g) con 2 yogures, leche en polvo y mermelada* 
COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> • Alubias pintas (60 g) con 1 huevo, cebolla, zanahoria (50 g) y sofrito de jamón serrano (20 g) • Albóndigas (100 g) en salsa de tomate y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 2 mandarinas (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Patatas rebozadas (200 g) con verduras (150 g) y sofrito de jamón serrano (20 g) • Tortilla de 1 huevo con espinacas (50 g), 1 queso y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 1 manzana (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Garbanzos (60 g) con espinacas (100 g) y sofrito de jamón serrano (20 g) • Pollo asado (100 g) con salsa de tomate** y menestra (100 g) y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 1 naranja (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrones (100 g) con pimiento rojo, calabacín y berenjena asada (200 g), 1 queso y salsa de tomate** • Conejo (75 g) al ajillo con patatas (100 g) y aceite de oliva** • Pan (60 g) • Piña (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas (80 g) con zanahoria, puerro, pimiento verde (100 g), sofrito de jamón serrano (20 g) y 1 huevo cocido • Estofado de ternera (100 g) con menestra (100 g) y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 2 mandarinas (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis (200 g) al ajillo con jamón serrano (20 g) • Hamburguesa de pollo (75 g), 1 queso y guisantes salteados (200 g) y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 1 plátano (100 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Paella de arroz (50 g), judía verde y alcachofa (100 g) con sofrito de jamón serrano (20 g), 1 huevo cocido • Cazón rebozado en adobo (75 g) con menestra (100 g) y aceite de oliva** • Pan (60 g) • 1 naranja (150 g) 
MERIENDA	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de leche semidesnatada con leche en polvo y macedonia (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de plátano (150 g) con 1 vaso de leche, leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de 2 yogures con leche en polvo y macedonia (200 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de 2 kiwis (150 g) con 1 vaso de leche, leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Vaso de leche con leche en polvo (200 ml) • 6 galletas María con mantequilla  	<ul style="list-style-type: none"> • Batido de piña (150 g) con 1 vaso de leche, leche en polvo y 4 nueces  	<ul style="list-style-type: none"> • Bol de pera (150 g) con 2 yogures, leche en polvo y 4 nueces 
CENA	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de zanahoria (150 g), patata (100 g), nata* y sofrito de jamón (20 g) • Salmón (75 g) al papillote con espárragos, tomate, cebolla y aceite de oliva* • Pan (60 g) • Piña (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Judías verdes (150 g) con salsa de tomate** y 1 clara de huevo • Carrillera guisada (100 g) con zanahoria, cebolla, arroz (30 g) y aceite de oliva* • Pan (60 g) • 2 mandarinas (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de calabacín (150 g) con patata (50 g), 1 queso, 1 clara de huevo • Bacalao rebozado (75 g) con pisto (50 g) y aceite de oliva* • Pan (60 g) • 1 pera (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Coliflor rehogada (150 g) con salsa bechamel** y sofrito de jamón (20 g) • Tortilla (2 huevos) de patata (100 g), pimiento verde (50 g), 1 queso y aceite de oliva* • Pan (60 g) • 1 plátano (100 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de calabaza (150 g) con nata* y sofrito de jamón serrano (20 g) • Calamares (75 g) encebollados con arroz (30 g) y aceite de oliva* • Pan (60 g) • 1 naranja (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Repollo rehogado (150 g) con patata (50 g), salsa bechamel** y sofrito de jamón serrano (20 g) • 2 huevos cocidos con pisto (50 g) y aceite de oliva* • Pan (60 g) • Piña (150 g)  	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de puerros (200 g) con nata* y sofrito de jamón serrano (20 g) • Redondo de pavo (100 g) con patatas (100 g) y aceite de oliva* • Pan (60 g) • 1 plátano (100 g) 
RESOPÓN	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo y mermelada  	<ul style="list-style-type: none"> • Vaso de leche con leche en polvo y miel  	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo y mermelada  	<ul style="list-style-type: none"> • Vaso de leche con leche en polvo y miel  	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo y mermelada  	<ul style="list-style-type: none"> • Vaso de leche con leche en polvo y miel  	<ul style="list-style-type: none"> • 2 yogures con leche en polvo y mermelada 