

MENÚ 3.-		
DIA	COMIDA	MENÚ
LUNES	ALMUERZO	-Arroz a la cubana con huevo frito, salchichas de pollo o cerdo y tomate frito -Ensalada de lechuga -Pan integral - Fruta natural 1, 3, 12
	MERIENDA	-Bocadillo de jamón / paté / embutido. Zumo de piña / melocotón. Fruta
	CENA	- Sopa de merluza y gambas / Patatas en salsa con alcachofas / Patatas con guarnición (maíz, zanahoria, jamón York, huevo, aceitunas, mayonesa, atún) - Lagrimitas de pollo / Lomo al queso - Pan - Fruta natural / lácteo / gelatina 1, 2, 3, 4, 7, 9
MARTES	ALMUERZO	-Carne de cerdo en salsa de almendras o champiñones o salsa de tomate con patatas fritas o cocidas -Salteado de espárragos y ajetes con gambas / Menestra con o sin jamón -Pan - Fruta natural 1, 2, 8, 9
	MERIENDA	- Galletas. Leche con Nesquik. Fruta
	CENA	- Ensalada de tiburones con piña / Ensalada César con pollo, nueces y mostaza - Croquetas de jamón / Tosta de jamón York y queso - Pan - Fruta natural / fruta almíbar / gelatina 1, 4, 7, 8, 10, 12
MIÉRCOLES	ALMUERZO	-Potaje de garbanzos con chorizo, patata, espinacas, zanahoria y panceta / Cocido con carne y verduras / Salmorejo / Potaje de habichuelas - Calamares / Adobo con ensalada de lechuga/ Bacaladillas / Pepino/ Picadillo de tomate -Pan - Fruta natural 1, 3, 4, 9, 12
	MERIENDA	- Bocadillo Nocilla/cacao/embutido/quesitos. Zumo de piña / melocotón. Fruta
	CENA	- Fajitas de pollo y verduras / Crema de calabacín / Ensalada completa - Merluza o tilapia o panga al horno o gratinada o frita - Pan - Fruta natural / lácteo 1, 4, 7, 12
JUEVES	ALMUERZO	-Estofado de patatas con ternera, zanahoria y alcachofas - Caballa o melva con tomate frito / Sardinillas con rodaja de tomate -Pan - Fruta natural 1, 4, 9, 12
	MERIENDA	- Dulce. Leche con Nesquik. Fruta
	CENA	- Arroz 3/5 delicias / Tosta de aceite, tomate, jamón y queso manchego - Miniempanadillas / Lagrimitas de pollo / Pollo empanado - Pan - Fruta natural / fruta almíbar / gelatina / lácteo 1, 3, 4, 6, 7
VIERNES	ALMUERZO	-Montaditos de lomo con tomate natural, pimiento frito y alioli -Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y cebolla. -Pan - Fruta natural / lácteo 1, 7, 12
DESAYUNO		TENTEMPIÉ
Aceite de oliva virgen extra, mantequilla, mermelada, fiambres, paté, leche, cereales, cacao, fruta, churros		Bocadillo: salchichón, chorizo, queso, jamón York, mortadela, pechuga pavo, chópéd Zumo
MERIENDA		
Bocadillo: jamón/paté/embutido Nocilla/aceite con cacao Dulce/galletas, fruta Zumo, batido, leche con cacao		
Alternando días		