



1	2	3	4	5
Espirales integrales de Verano (tomate cherry, aceitunas negras, aromáticas, queso) (1,3,7) Tortilla a la francesa (3) Ensalada (iceberg, canónigos, zanahoria, tomate) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Garbanzos con ratatouille de verduras / Fruta	Ensalada de Patata (patata, judía verde, zanahoria, aceitunas) Pavo empanado casero (huevo, pan rallado) (1,3) Ensalada Caprese (tomate, albahaca, queso) (7) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Pimientos asados con huevo cocido y pan / Fruta	Arroz integral salteado con Verduras (puerro, zanahoria, pimientos, soja) (1) Lomo a la plancha Ensalada con Maíz (iceberg, hoja de roble, tomate) Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Ensalada de patata, pimientos y alubia blanca / Fruta	Garbanzos estofados con Verduras Muslos de Pollo al horno Patatas asadas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada variada y lomo con patatas / Fruta	Crema de Acelgas y Alubias con Crostones (1) Pollo a la plancha Salsa de Tomate, Pimientos y Arroz Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y quiche / Fruta
8	9	10	11	12
Lentejas estofadas con Verduras (1) Lomo de Cerdo Patatas asadas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y huevos a la plancha con pan / Fruta	Arroz integral con Salsa de Tomate Pollo a la plancha Ensalada (lechuga, hoja de roble, tomate cherry, zanahoria) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Garbanzos con patata y pimientos asados / Fruta	Crema de Calabacín Pechuga de Pollo a la plancha Ensalada (romana, canónigos, tomate, zanahoria, aceitunas) Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Huevos con arroz y calabacín/ Fruta	Garbanzos con Patata (ajo, aceite, pimentón, huevo cocido) (3) Lomo a la plancha Tumbet al horno Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada variada y pavo a la plancha con patata / Fruta	Espaguetis integrales al Pesto (1,3,7,8) Tortilla de Patata (3) Tomate aliñado con aceitunas Verdes Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada variada y pizza / Fruta
15	16	17	18	19
Crema de Verduras y Lentejas con Crostones (1) Croquetas de Pollo (1,3,6,7,9,10,11) Trepó mallorquí Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Arroz con verduras y tortilla a la francesa / Fruta	Fideuá ciega de Carne y Verduras (9) Lomo a la plancha Ensalada Griega (lechuga, aceitunas negras, orégano, queso tierno) (7) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Alubias blancas aliñadas con patata / Fruta	Lentejas estofadas con Verduras (1) Tortilla de Patata y Calabacín (3) Ensalada (iceberg, canónigos, zanahoria, tomate) Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Cuscús con pimientos, calabacín y pollo / Fruta	Ensalada de Arroz integral (tomate, maíz, aceitunas, queso) (7) Lomo a la plancha Brócoli al vapor Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Trepó y tortilla de patata y cebolla / Fruta	Crema de Calabacín con Crostones (1) Pizza casera de Jamón y Queso (1,6,7,12) Tomate aliñado con aceitunas Verdes Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Wraps de pollo y verduras / Fruta

Bon estiu a tothom !

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramucos 14: Moluscos