



Lunes- Monday	Martes- Tuesday	Miércoles - Wednesday	Jueves - Thursday	Viernes - Friday
<p>3</p> <p>Ensalada de arroz</p> <p>Tortilla a la francesa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>4</p> <p>Judías verdes con dados de patata y aceite</p> <p>Albóndigas veganas a la jardinera</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p>	<p>5</p> <p>Fideos integrales a la cazuela</p> <p>Tortilla de calabacín con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Lentejas con salsa de tomate</p> <p>Macedonia de fruta de temporada</p>	<p>7</p> <p>Hortalizas salteadas con patata</p> <p>Salteado de garbanzos y verduras de temporada</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>10</p> <p>Tricolor de verduras</p> <p>Alubias con calabaza y puerro</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>11</p> <p>Ensalada de pasta integral con vegetales s/atún</p> <p>Tortilla de patata con cebolla al horno</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p>	<p>12</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Lentejas salteadas con verduras</p> <p>Macedonia fruta de temporada</p>	<p>13</p> <p>Paella de la huerta</p> <p>Salchichas veganas con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>14</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Guisantes con patata y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>17</p> <p>Pasta integral al pesto</p> <p>Burger vegetal con juliana de verduras de temporada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>18</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Ensalada de alubias blancas con vegetales</p> <p>Yogur natural sin azúcar</p>	<p>19</p> <p>Verduras salteadas de temporada con patata</p> <p>Revuelto de huevos sin jamón dulce con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>20</p> <p>Judías verdes con dados de patata y aceite</p> <p>Empedrado de garbanzos con vegetales sin atún</p> <p>Macedonia de fruta de temporada</p>	<p>21</p> <p>Arroz de primavera (guisantes, maíz, zanahoria, calabacín y cebolla)</p> <p>Albóndigas veganas con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>24</p> <p>Sam Juan</p>	<p>25</p> <p>Pasta integral con verduras</p> <p>Salchichas veganas con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>26</p> <p>Arroz con sofrito de tomate</p> <p>Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Macedonia de fruta de temporada</p>	<p>27</p> <p>Tricolor de verduras</p> <p>Ensalada de lentejas</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>28</p> <p>Vichyssoise</p> <p>Pizza casera de verduras</p> <p>Helado</p>



¿Sabías que el *edamame* es el nombre japonés de las vainas de soja inmaduras? Es un plato típico de la gastronomía oriental, especialmente la japonesa, que consiste en las vainas de soja hervidas en sal. Cabe destacar que, como el resto de las leguminosas, la soja constituye una importantísima fuente de proteína de origen vegetal. (Fuente: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación)

La ensalada variada a servir se irá alternando con alimentos vegetales de temporada como: lechuga, maíz, tomate, zanahoria, pepino, aceitunas, cebolla, pimiento rojo, etc.
Se servirán frutas variadas y de temporada.
Se servirá pan para acompañar las comidas.
Se ofrece agua en todas las comidas para asegurar una correcta hidratación. Todos los platos se cocinan con aceite de oliva.

