


ENERO 2022 – SIN LEGUMBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>10 Coditos con tomate y atún</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>11 Sopa maravilla</p> <p>Ternera en salsa jardinera con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>12 Arroz murciano</p> <p>Lomos de pescadilla al horno con picada de ajo y perejil con ensalada</p> <p>Yogur</p>	<p>13 Crema de calabaza</p> <p>Pollo asado con patatas panadera</p> <p>Fruta</p>	<p>14 Patatas estofadas con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p> 
<p>17 Arroz con pollo</p> <p>Jamón york y queso con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta</p>	<p>18 Patatas a la marinera</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>19 Sopa de verduras con fideos</p> <p>Filete de ternera a la plancha con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>20 Espaguetis a la navarra (con chorizo y queso)</p> <p>Lomos de salmón al horno con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p>	<p>21 Crema de verduras naturales (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas)</p> <p>Cinta de lomo con patatas</p> <p>Fruta</p>
<p>24 Arroz a la ragance (con pollo y champiñones)</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Yogur</p>	<p>25 Verdura rehogada con jamón y tomate</p> <p>Hamburguesa de ternera con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>26 Crema de calabacín</p> <p>Pollo en salsa de naranja con guarnición de arroz</p> <p>Fruta</p>	<p>27 Macarrones a la carbonara</p> <p>Palometa en salsa de tomate con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p>	<p>28 Patatas estofadas con verduras</p> <p>Tortilla con ensalada</p> <p>Fruta</p>
<p>31 Espirales a la boloñesa</p> <p>Lomos de rosada rebozados con ensalada</p> <p>Fruta</p>				