

DÍA	25	26	27	28	29
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1 DEL 26 AL 29 JUNIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Fabada	Tallarines con cerdo	Arroz blanco con pisto	Marmitako	
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Rape a la marinera	Cazón a la gaditana	Ternera en salsa	Albóndigas en salsa con tomate con patatas	
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	2	3	4	5	6
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2 DEL 2 AL 6 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Arroz y verduras	Macarrones boloñesa	Coliflor con bechamel	Crema de verduras	Fabes con calamar
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Carrillera en salsa	Cazón a la gaditana	Asado de muslitos de pollo a la murciana con patatas	Salchichas en salsa con patatas	Magra con tomate
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	9	10	11	12	13
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 3 DEL 9 AL 13 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Lentejas	Cus cus con verduras	Sopa de ajo con huevo	Guisote de ternera	Lasaña boloñesa
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Redondo de pavo en salsa de manzana	Muslos de pollo al chilindrón	Pechugas rebozadas con verduras	Pizza de bacon, jamón y verdura	Quella entomatada
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	16	17	18	19	20
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 4 DEL 16 AL 20 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Sopa de pescado	Fabada	Crema de puerros	Lentejas	Arroz en ensalada o tres delicias
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Pizza boloñesa	Secreto	Arroz a la marinera	Muslos de pollo con miel y naranja con patatas	Cazón a la gaditana
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	23	24	25	26	27
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 5 DEL 23 AL 27 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Crema de calabaza	Põtaje de espinacas y garbanzos	Macarrones carbonara	Caldero murciano	Pasta en ensalada
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Salmón al horno con verduras	Pechuga de pollo rebozada con patatas	Quella en escabeche	Albóndigas con salsa de tomate con patatas	Guisote de ternera
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	30	31			
JULIO	LUNES	MARTES			
SEMANA 6 DEL 30 DE JULIO AL 3 DE AGOSTO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>			
	Ensalada	Ensalada			
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>			
	Sopa de ave	Fabes con morcilla y verduras			
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>			
	Arroz a banda	Quella a la murciana			
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>				
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur			

DÍA	30	31	1	2	3
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 7 DEL 3 DE SEPTIEMBRE AL 7 DE SEPTIEMBRE	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Cus cus con verduras	Fabada	Tallarines con cerdo	Arroz blanco con pisto	Marmitako
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Magra con tomate	Rape a la marinera	Cazón a la gaditana	Ternera en salsa	Albóndigas en salsa con tomate con patatas
<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	25	26	27	28	29
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1 DEL 26 AL 29 JUNIO					

DÍA	2	3	4	5	6
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2 DEL 2 AL 6 DE JULIO					

DÍA	9	10	11	12	13
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 3 DEL 9 AL 13 DE JULIO					

DÍA	16	17	18	19	20
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 4 DEL 16 AL 20 DE JULIO	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Sopa con fideos sin gluten de pescado	Fabada	Crema de puerros	Lentejas	Arroz en ensalada o tres delicias
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Pechuga de pollo al chilindrón	Secreto	Arroz a la marinera	Muslos de pollo con miel y naranja	Cazón en salsa verde
	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur
	<b>NO GLUTEN</b>				

DÍA	23	24	25	26	27
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 5 DEL 23 AL 27 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Crema de calabaza	Pótaje de espinacas y garbanzos	Macarrones sin gluten carbonara	Caldero murciano	Pasta sin gluten en ensalada
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Salmón al horno con verduras	Pechuga de pollo plancha	Quella en escabeche	Magra con salsa de tomate	Guisote de ternera
	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur

DÍA	30	31			
JULIO	LUNES	MARTES			
SEMANA 6 DEL 30 DE JULIO AL 3 DE AGOSTO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>			
	Ensalada	Ensalada			
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>			
	Sopa de ave con fideos sin gluten	Fabes con morcilla y verduras			
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>			
	Arroz a banda	Quella a la murciana			
	Pan sin gluten	Pan sin gluten			
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>			
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur			

DÍA	30	31	1	2	3
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 7 DEL 3 DE SEPTIEMBRE AL 7 DE SEPTIEMBRE	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Arroz blanco con verduras	Fabada	Tallarines singluten con cerdo	Arroz blanco con pisto	Marmitako
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Magra con tomate	Rape a la marinera	Cazón en salsa verde	Ternera en salsa	Pechuga en salsa con tomate
	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur	Fruta del tiempo o yogur



**INTOLERANCIA A LA LECHE, ALERGIA A LA SOJA Y NUECES**

DÍA	25	26	27	28	29
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1 DEL 26 AL 29 JUNIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Fabada	Tallarines con cerdo	Arroz blanco con pisto	Marmitako	
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Rape a la marinera	Cazón a la gaditana	Ternera en salsa	Pechuga en salsa con tomate	
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	2	3	4	5	6
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2 DEL 2 AL 6 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Arroz y verduras	Macarrones boloñesa	Arroz en ensalada sin york y queso	Crema de verduras	Fabes con calamar
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Carrillera en salsa	Cazón a la gaditana	Asado de muslitos de pollo a la murciana	Salchichas en salsa	Magra con tomate
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	9	10	11	12	13
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 3 DEL 9 AL 13 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Lentejas	Cus cus con verduras	Sopa de ajo con huevo	Guisote de ternera	Arroz en ensalada sin york y queso
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Lomo en salsa de manzana	Muslos de pollo al chilindrón	Pechugas rebozadas	Bacalao al horno con pisto	Quella entomatada
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	16	17	18	19	20
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 4 DEL 16 AL 20 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	23	24	25	26	27
JUNIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 5 DEL 23 AL 27 DE JULIO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	Crema de calabaza	Põtaje de espinacas y garbanzos	Arroz con bacalao y espinacas	Caldero murciano	Pasta en ensalada sin york y queso
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	Salmón al horno con verduras	Pechuga de pollo rebozada	Quella en escabeche	Pechuga con salsa de tomate	Guisote de ternera
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	30	31	1	2	3
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 6 DEL 30 DE JULIO AL 3 DE AGOSTO	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

DÍA	30	31	1	2	3
JULIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 7 DEL 30 DE SEPTIEMBRE AL 7 DE SEPTIEMBRE	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>	<b>Comida</b>
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada
	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>	<b>Primer plato</b>
	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>	<b>Segundo plato</b>
	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>	<b>Postre</b>
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	

