

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
31	1	2	3	4
Ensalada de zanahoria rallada y aceitunas 12,13, Arroz integral con tomate Fruta del tiempo L	Ensalada de tomate y cebolla tierna Potaje de garbanzos con acelgas Verduras al horno Fruta del tiempo M	Ensalada de zanahoria y pimiento rojo Sopa de verduras de verano Alubia arrocina salteada Fruta del tiempo M	Ensalada de pasta sin atún Brócoli al ajillo Fruta del tiempo J	Ensalada de pepino y pera Crema de berenjena Cuscús con salteado de verduras Yogur artesano 7,
7	8	9	10	11
Ensalada de rúcula y aceitunas 12,13, Lentejas estofadas Tosta con pisto Fruta del tiempo L	Ensalada de tomate y pepino Espaguetis con verduras 1, Tortilla de calabacín Fruta del tiempo M	Ensalada de remolacha y pipas 13,8,7,12,1,5,11, Crema de guisantes Cuscús con boloñesa vegetal Fruta del tiempo X	Paella de verduras y judías Fruta del tiempo J Yogur artesano con mermelada 7,	Ensalada de lombarda y cebolla Fruta del tiempo V
14	15	16	17	18
Ensalada de zanahoria rallada y aceitunas 12,13, Macarrones boloñesa vegetal 1,8,6,5,11, Tortilla de zanahoria y cebolla Fruta del tiempo L	Ensalada de tomate y cebolla tierna Crema bicolor (zanahoria y puerro) Lentejas con mijo Fruta del tiempo M	Ensalada de zanahoria y pimiento rojo Olla de alubias Verduras al horno Fruta del tiempo X	Fruta del tiempo J	Arroz al horno con verduras y garbanzos Fruta del tiempo V Yogur artesano con miel 7,
21	22	23	24	25
Ensalada de remolacha y aceitunas 12,13, Crema de lentejas rojas con zanahoria Fruta del tiempo L	Ensalada de tomate y pepino Fideuà de verduras con setas 1,3,2,4,6,7,8,9,12,14, Falafel Fruta del tiempo M	Ensalada de lombarda y cebolla Cuscus con garbanzos y pasas 1,5,8, Tortilla de berenjena Fruta del tiempo X	Ensalada de zanahoria y pimiento rojo Sopa de verduras de verano Coca de verduras Fruta del tiempo J	Arroz con verduras Fruta del tiempo V Yogur de oveja artesano 7,
28	29	30	1	2