

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS .PAN/FRUTA	2 PASTA POMODORO ESTOFADO DE PAVO .PAN/FRUTA	3 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA ANDALUZA PAN/LACTEO	4 SOPA DE ARROZ POLLO ASADO CON PATATAS .PAN/FRUTA
FESTIVO	FESTIVO	9 GARBANZOS CON VERDURAS PALOMETA A LA GREGA .PAN/FRUTA	10 CREMA DE VERDURAS PECHUGA AL HORNO PAN/LACTEO	11 PASTA CON TOMATE Y ATÚN TORTILLA DE CALABACÍN .PAN/FRUTA
14 CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA ENCEBOLLADA .PAN/FRUTA	15 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS .PAN/FRUTA	16 JUDÍAS VERDES CON REFRITO PECHUGA DE POLLO EMPANADA .PAN/FRUTA	17 SOPA DE VERDURAS POLLO ASADO PAN/LACTEO	18 ARROZ CON TOMATE MERLUZA ANDALUZA .PAN/FRUTA
21 PATATAS CON VERDURAS PALOMETA EN SASA AMERICANA .PAN/FRUTA	22 GARBANZOS CON VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ARROZ PILLAF .PAN/FRUTA	23 PASTA POMODORO NUGGETS DE POLLO .PAN/FRUTA		

La pirámide de la alimentación saludable

Los expertos en nutrición nos recomiendan un consumo adecuado de todos los grupos de alimentos para una alimentación equilibrada en todas las etapas de la vida.



Ahora ya puedes descargar cada mes los menús escolares de tus hijos:

1. Regístrate en el **ÁREA PADRES** de nuestra página, www.elgustodecrecer.es
2. Accede con los datos de registro utilizados (e-mail y contraseña).



www.elgustodecrecer.es