



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11 JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON TOMATE ESTOFADO DE TERNERA PAN/ FRUTA	12 LENTEJAS CON VERDURAS BACALAO EN Salsa VERDE CON GUI SANTES PAN/ FRUTA	13 SOPA DE AVE POLLO ASADO PAN/ FRUTA	14 PASTA NAPOLITANA MERLUZA AL HORNO PAN/ LACTEO	15 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON ARROZ TORTILLA DE CALABACIN CON PIMIENTOS PAN/ FRUTA
18 PANACHÉ DE VERDURAS POLLO ASADO PAN/ FRUTA	19 ARROZ CON VERDURAS FAJITAS DE PAVO CON VERDURITAS PAN/ FRUTA	20 CREMA DE VERDURAS PECHUGA AL LIMON PAN/ FRUTA	21 SOPA DE VERDURAS GRATÉN DE HUEVO PAN/ LACTEO	22 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA REBOZADA PAN/ FRUTA
25 GARBANZOS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA PAN/ FRUTA	26 CREMA DE CALABACIN POLLO AL CHILINDRÓN PAN/ FRUTA	27 ARROZ CON TOMATE BACALAO CON VERDURITAS PAN/ FRUTA	28 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS AURORA PAN/ LACTEO	29 PASTA CON TOMATE DELICIAS DE PESCADO 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).

