

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			8 CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA CON PATATAS PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	9 PASTA (SIN GLUTEN NI HUEVO) POMODORO PASTEL HORTELANO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
12 CREMA DE CALABACÍN ESTOFADO DE LOMO A LA CAZADORA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	13 LENTEJAS A LA CAMPESINA TORTILLA DE YORK PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	14 JUDÍAS VERDES CON REFRITO POLLO ASADO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	15 SOPA DE VERDURAS LOMO ASADO AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	16 ARROZ CON TOMATE BACALAO EN PEPITORIA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
19 ALUBIAS A LA RIOJANA POLLO ASADO CON PATATAS A LO POBRE PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	20 ARROZ NAPOLITANA MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	21 CREMA DE ZANAHORIA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	22 POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA ENCEBOLLADA PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	23 PASTA (SIN GLUTEN NI HUEVO) CON SALSA DE TOMATE Y ATÚN TORTILLA DE PATATA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
26 SOPA DE AVE HAMBURGUESA CON PATATAS PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	27 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO EN PEPITORIA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	28 PASTA (SIN GLUTEN NI HUEVO) POMODORO PASTEL HORTELANO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	29 ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ MERLUZA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	30 MENESTRA DE VERDURAS RAGOUT DE TERNERA PAN (SIN GLUTEN)/ 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