



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTIVO	3 CREMA DE CALABACÍN POLLO AL CHILINDRÓN PAN/ FRUTA	4 ARROZ CON TOMATE BACALAO CON VERDURITAS PAN/ FRUTA	5 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS AURORA PAN/ FRUTA	6 CREMA DE CHAMPIÑÓN FISH AND CHIPS PAN/ NATILLAS
9 JUDÍAS VERDES CON TOMATE ESTOFADO DE TERNERA PAN/ FRUTA	10 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS PAN/ FRUTA	11 PASTA POMODORO ESTOFADO DE PAVO PAN/ FRUTA	12 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA ANDALUZA PAN/ LACTEO	13 SOPA DE ARROZ POLLO ASADO CON PATATAS PAN/ FRUTA
16 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA REBOZADA PAN/ FRUTA	17 ARROZ CON VERDURAS POLLO ASADO PAN/ FRUTA	18 GARBANZOS CON VERDURAS PALOMETA A LA GRIEGA PAN/ FRUTA	19 CREMA DE VERDURAS PECHUGA AL HORNO PAN/ LACTEO	20 PASTA CON TOMATE Y ATÚN TORTILLA DE CALABACÍN PAN/ FRUTA
23 CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA ENCEBOLLADA PAN/ FRUTA	24 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS PAN/ FRUTA	25 JUDÍAS VERDES CON REFRITO PECHUGA DE POLLO EMPANADA PAN/ FRUTA	26 SOPA DE VERDURAS POLLO ASADO PAN/ LACTEO	27 ARROZ CON TOMATE MERLUZA ANDALUZA PAN/ FRUTA
30 PATATAS CON VERDURAS PALOMETA EN SALSA AMERICANA PAN/ FRUTA	31 GARBANZOS CON VERDURAS TORTILLA DE ATÚN CON ARROZ PILLAF 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).

