



CEIPPUIG DE SA GINESTA

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
ARROZ DE PESCADO (ajo, cebolla, pimiento rojo, tomate, merluza)	ESPAGUETIS SALTEADOS CON AJO Y BEICON	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (cebolla, pimientos, zanahoria, tomate) Y PATATAS	SOPA DE COCIDO	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y PUERROS
LOMO ADOBADO	MERLUZA EN SALSA VERDE (ajo, perejil)	HAMBURGUESA CASERA A LA PLANCHA	LENGUADO EMPANADO CASERO	TORTILLA DE PATATA
LECHUGA, REMOLACHA Y ACEITUNAS	JUDÍAS VERDES Y PATATA	ARROZ SALTEADO	LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ	COLIFLOR REBOZADA
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: <i>Garbanzos estofados con espinacas, zanahoria, patata</i>	Sugerencia de cena: <i>Puré de verduras y filete de pavo a la plancha con ensalada</i>	Sugerencia de cena: <i>Tortilla de patata y cebolla con ensalada variada</i>	Sugerencia de cena: <i>Contramuslo de pollo al limón con arroz salteado con verduras</i>	Sugerencia de cena: <i>Salmón a la plancha con ensalada con crostones</i>
<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
ARROZ CON TOMATE	SOPA DE PESCADO (ajo, cebolla, pimiento rojo, tomate, merluza)	PURÉ DE VERDURAS (cebolla, puerros, espinacas, patata) Y LEGUMBRE (garbanzos)	FIDEUÁ DE PESCADO Y VERDURAS	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (cebolla, pimientos, zanahoria, tomate) Y PATATA
MERLUZA AL HORNO AL LIMÓN	ALBÓNDIGAS CASERAS	BACALAO ADOBADO (perejil, pan rallado)	TORTILLA A LA FRANCESA	LOMO EN SALSA CAZADORA
LECHUGAS VARIADAS ALIÑADAS	VERDURAS (cebolla, tomate) Y PATATAS	JUDÍAS VERDES AL VAPOR	TOMATE ALIÑADO CON ACEITUNAS	CALABACÍN REBOZADO
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: <i>Puré de calabaza y contramuslo al romero con pimientos</i>	Sugerencia de cena: <i>Tortilla de patata y cebolla con ensalada variada</i>	Sugerencia de cena: <i>Sopa de pasta y pechuga de pollo a la plancha con ensalada</i>	Sugerencia de cena: <i>Rape guisado con patata, cebolla, tomate, zanahoria y avisantes</i>	Sugerencia de cena: <i>Ensalada y pizza caseras variada</i>
<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ESPAGUETI A LA NAPOLITANA	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (cebolla, tomate, pimientos, espinacas)	SOPA DE VERDURAS	ARROZ MARINERA (ajo, cebolla, pimiento rojo, tomate, guisantes, pescado)	PURÉ DE CALABAZA (puerros, zanahoria, calabacín) Y LEGUMBRE (lentejas)
CROQUETAS DE POLLO	PIZZA DE JAMÓN	ESTOFADO DE CARNE MAGRA	SALMÓN A LA PLANCHA	TORTILLA ESPAÑOLA
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS	LECHUGAS ALIÑADAS	VERDURA (cebolla, pimiento verde, zanahoria, tomate, ajo, laurel) Y PATATA	JUDÍAS VERDES SALTEADAS	LECHUGAS VARIADAS, TOMATE Y QUESO FRESCO
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: <i>Rape con puerros, ajos tiernos, zanahoria y puré de patata</i>	Sugerencia de cena: <i>Merluza con salsa de zanahoria y arroz</i>	Sugerencia de cena: <i>Ensalada y montadito de huevo a la plancha</i>	Sugerencia de cena: <i>Sopa de pasta y croquetas de espinacas con ensalada</i>	Sugerencia de cena: <i>Fajitas de pollo con cebolla, pimientos, zanahoria</i>
<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
SOPA DE PESCADO (ajo, cebolla, pimiento rojo, tomate, merluza)	PAELLA VALENCIANA (tomate, judías verdes, garrofón, carne variada, pimentón)	ALUBIAS CON VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria)	CANELONES ROSSINI	
PECHUGA DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIÑONES Y PATATAS	CALAMARES A LA ANDALUZA	SALCHICHAS A LA PLANCHA	TORTILLA DE CALABACÍN	
FRUTA DE TEMPORADA	LECHUGA, CANÓNIGOS Y PALMITO	ARROZ SALTEADO	LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	
Sugerencia de cena: <i>Guiso de lentejas con verduras y boniato</i>	Sugerencia de cena: <i>Sopa de pasta y tortilla a la francesa con calabacín</i>	Sugerencia de cena: <i>Puré de verduras y filete de pavo a la plancha con ensalada</i>	Sugerencia de cena: <i>Merluza al horno con cebolla, tomate, zanahoria y patata</i>	
<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	<i>Fruta de temporada</i>	

Los menús van acompañados de pan y agua. La cocina utiliza aceite de oliva para cocinar y aliñar los platos.

Incorporamos cada mes, en la medida de lo posible, el producto local y de temporada. Este mes serán: PATATA, CEBOLLA, TOMATE Y CALABACÍN

SI NECESITA INFORMACIÓN SOBRE LOS ALÉRGICOS CONTENIDOS EN EL MENÚ CONTACTE LLAMANDO AL 971682415

IMPORTE MENSUAL DEL COMEDOR: 114,38 €

VALES DIARIOS: 6,60 €

La cuota se abonará del 1 al 5 de cada mes.

