



	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 01	VIERNES 02
PRIMER PLATO				Tenera deshilachada con salsa de calabaza	Sopa hortelana
SEGUNDO PLATO					Revuelto de ajetes y gambas
GUARNICIÓN				LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA
POSTRE				PAN BLANCO	PAN BLANCO
PAN					
	LUNES 05	MARTES 06	MIÉRCOLES 07	JUEVES 08	VIERNES 09
PRIMER PLATO	Salmón al eneldo con guisantes	Espárragos a la plancha	Crema de champiñones	NIDOS DE ALCACHOFAS CON BACON	Brochetas de cerdo con pimientos y calabacín
SEGUNDO PLATO		Filete de pollo a la plancha	Mejillones al vapor		
GUARNICIÓN					
POSTRE	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA
PAN	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO
	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
PRIMER PLATO	Tomates asados al provenzal	Crema parmentier	MILHOJAS DE GALLO Y PATATA AL HORNO	Brócoli con boniato y tacos de pollo al horno	Panini casero
SEGUNDO PLATO	Tortitas de ternera	Huevos al plato			
GUARNICIÓN					
POSTRE	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA
PAN	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
PRIMER PLATO	Lubina a la sal con patata panadera	Ensalada de canónigos	Pollo al limón con guisantes	HUEVOS CON PISTO DE BERENJENA AL HORNO	Menestra de verduras
SEGUNDO PLATO		Rollitos de pavo y queso			Calamares encebollados
GUARNICIÓN					
POSTRE	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA
PAN	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO
	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
PRIMER PLATO	Berenjenas rellenas	Sopa de fideos	Wok de verduras con pollo y champiñones	Crema hortelana	Tortilla de patata rellena de calabacín y queso
SEGUNDO PLATO		Croquetas de bacalao c/ picadillo de tomate		Lomo al oporto	
GUARNICIÓN					
POSTRE	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA	LECHE / FRUTA		
PAN	PAN BLANCO	PAN BLANCO	PAN BLANCO		

SUGERENCIAS DE RECETA

NIDOS DE ALCACHOFA CON BACON

Preparamos las alcachofas (igualmente las podemos comprar congeladas). Las ponemos a hervir con una pizca de sal. Una vez cocidas las escurrimos y dejamos que se enfríen. Rellenamos los corazones con bacón y también partimos las tiras de bacon a lo largo, en dos mitades. Envolvemos cada corazón primero a lo ancho con una tira de bacon y luego en el sentido contrario con otra, sujetando esta con un palillo en la parte contraria a las hojas. Salteamos todo en una sartén hasta que el bacon quede dorado, dejamos escurrir la grasa sobre un papel y listo para servir.



MILHOJAS DE GALLO Y PATATA AL HORNO

Salpimentamos el pescado, lo cocinamos a la plancha y lo dejamos enfriar. Después, lo deshacemos con las manos. Ponemos a cocer las patatas cortadas a rodajas. Una vez hecho, con la ayuda de un molde, ponemos una capa de patata, echamos por encima el gallo deshecho y añadimos un poco de salsa de tomate casera. Añadimos otro par de capas más de cada hasta que rellenemos el molde. Finalmente, podemos poner o un poco de bechamel o queso gratinado por encima, calentamos en el horno a 180º el milhojas y después, lo dejamos enfriar, sacamos el molde y listo.



HUEVOS CON PISTO DE BERENJENA AL HORNO

Limpiamos, lavamos y cortamos una berenjena y los pimientos en daditos. Igualmente, pelamos y picamos una cebolla. En una sartén, rehogamos la cebolla y los pimientos durante 5 minutos y después añadimos la berenjena y continuamos el proceso. Más tarde, añadimos tomate triturado, salpimentamos y dejamos cocer un poco más. Repartimos el pisto en cazuelas refractarias, cascamos 1 huevo en cada una, sazonamos al gusto y lo metemos en el horno a 200ºC durante 10-15 minutos. Una vez listo, retiramos de horno, podemos añadir taquitos de jamón por encima y servimos.

