

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar	2 Coleslaw Patatas a la riojana (sin carne) Hamburguesa vegetal con ensalada Yogur	3 Berenjenas a la miel Tumbet al horno Lentejas con verduras de temporada P/ECO Fruta	4 Nachos con guacamole Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patatas con ensalada Fruta	5 Brócoli al gratén Macarrones integrales en salsa de queso Tofu rebozado con ensalada Fruta ECO	6 Humus de zanahoria Paella de verduras Tortilla francesa con patatas asadas Fruta
Comida / Dinar	9 Tempura de verduras Crema de lentejas rojas con tostones integrales Arroz integral con verduras Fruta	10 Espaguetis integrales al pomodoro Tortilla de calabacín con queso fresco con ensalada Fruta	11 Gyozas Arroz caldoso de verduras de temporada (calabaza y setas) Tortitas de harina de garbanzos con ensalada Fruta ECO	12 Tosta de queso crema Bullit de verduras Falafel con ensalada Yogur	13 Tomate con AOVE y albahaca Crema de calabaza, zanahoria y puerro Albóndigas vegetales con arroz Fruta
Comida / Dinar	16 Brochetas de cherries y queso mozzarella Lentejas a la hortelana Bullit de verduras con huevo Fruta	17 Chips de boniato Sopa de fideos con verduras ECO Tofu marinado con ensalada Fruta ECO	18 Rollitos primavera Hélices a la genovesa con soja Hamburguesa de verduras con patatas Fruta	19 Pan con tomate y aceite AOVE Crema de guisantes, puerro y menta Tortilla con queso y ensalada Fruta	20 Dip de remolacha casera con tosta integral Arroz con Tomate y coliflor Hamburguesa vegetal con ensalada verde Yogur
Comida / Dinar	23 Queso fresco con aceite de albahaca Crema de calabacín con aceite de albahaca y tostones integrales Tortilla de patatas con jamón y ensalada Fruta	24 Aros de cebolla Macarrones integrales con tapenade Salteado de verduras con Tofu Yogur	25 Tosta de verduras gratinadas Huevos al gratén Lentejas con verduras y manzana P/ECO Fruta	26 Palitos de zanahoria con dip de queso Paella de verduras Falafel de garbanzos con ensalada Fruta ECO	27 Humus de berenjena Sopa de verduras Hamburguesa vegetal con patatas Fruta
Comida / Dinar	30 Entrante permitido Macarrones integrales con salsa de calabaza Bullit de huevo Fruta				

