

**APLV/LACTOSA**  
\*\*SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
	6 FESTIVO	7 Ensalada fresca de temporada Caracolas a la italiana (sin lácteos) Merluza en salsa permitida con verduras Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo al horno con pisto* Fruta	9 Hummus de zanahoria con picos Paella de verduras Huevos revueltos con jamón* Fruta	10 Ensalada fresca de temporada Alubias blancas con verduras Goulash de magro** Fruta
Comida	13 Ensalada fresca de temporada Macarrones en salsa permitida (sin lácteos) Abadejo a la marinera* Fruta	14 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla de patatas con jamón* Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Sopa de estrellitas Alitas de pollo al horno con maíz Fruta	16 Ensalada fresca de temporada Guisado* de patatas con rape y calamar Lomo** asado con coliflor Fruta	17 Ensalada fresca de temporada Crema de boniato asado y zanahoria (sin lácteos) Albóndigas permitidas con cous cous* Fruta
	20 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pavo en salsa permitida con arroz pilaf integral Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Merluza al horno con verduras Espaguetis integrales con boloñesa vegetal* (sin lácteos) Fruta	22 Ensalada fresca de temporada Ensalada de patatas con verduras, atún y huevo Arroz de pollo y aguacate Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Salmón al horno con brócoli Fruta	24 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Panini con ingredientes permitido Fruta
	27 Ensalada fresca de temporada Tallarines con verduras salteadas Merluza al horno con guisantes Fruta	28 Ensalada fresca de temporada Huevos revueltos Garbanzos con bacalao Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con verduras Pollo asado con patatas Fruta	30 Guacamole con nachos** Arroz a la cubana Abadejo al horno con ensalada Fruta	

