

<b>SEMANA DEL 1</b>			<b>VIERNES 1</b>
			Risotto de champiñones --- Ternera encebollada --- Tortilla de aguacate --- Fruta

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8	<b>SEMANA DEL 4 - 8</b>
Ensalada de otoño --- Salchichas --- Puré de patata --- Salchichas veganas --- Fruta	Puré de zanahoria --- Pollo a la plancha --- Tomate al horno --- Stiks vegetales --- Fruta	Garbanzos con espinacas --- Pescado en salsa verde --- Yogur	Ensalada variada y tostada de paté --- Paella mixta --- Flan de mató	Guisantes salteados con jamón --- Ternera guisada --- Wok tropical --- Fruta	

<b>SEMANA DEL 11-15</b>	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Ensalada con sardinas --- Lentejas con arroz y huevo duro --- Yogur	Espaguetis al pesto y queso --- Pescado al horno --- Lechuga y zanahoria --- Fruta	Ensaladilla rusa --- Muslos de pollo con tomate --- Quinoa con pimiento rojo --- Helado	Rollitos de primavera --- Pizza casera de atún --- Ensalada --- Fruta	Crema de calabaza --- Hamburguesa --- Tomate aliñado --- Hamburguesa vegana --- Macedonia casera

LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	<b>SEMANA DEL 18 - 22</b>
Arroz chino --- Pechuga de pollo al limón --- Tomates rellenos de queso --- Fruta	Alubias rojas con verduras --- Croquetas --- Zanahoria rallada --- Yogur	Tomate, maíz y aceitunas --- Albóndigas a la jardinera --- Cuscús --- Torrada con pisto y huevo duro --- Melocotón en almíbar	Puré de patata --- Ternera al horno con champiñones --- Brócoli con salmón --- Piña natural	Macarrones a la castellana --- Pescado a la vizcaína --- Fruta	

<b>SEMANA DEL 25-29</b>	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
	Brócoli con patatas al ajillo --- Escalopa de ternera --- Zanahoria rallada --- Tortilla de espárragos y pimientos --- Fruta	Arroz con setas --- Pescado al horno --- Salsa de tomate --- Fruta	Trinxat --- Lomo a la plancha --- Puré de manzana --- Revuelto de champiñones --- Fruta	Judías blancas con verdura --- Pollo al horno --- Lechuga --- Tomate Cherry, rúcula y queso --- Yogur	Ensalada de tomate y queso --- Sepia con patatas, guisantes y chirlas --- Panellets

**Nota:** los segundos platos de **color verde** son para los alumnos **que no comen carne**. Los primeros platos con carne se elaboran sin esta.

**Menús revisats per el Centre Dietètic, MPJ [dietetica@andorra.ad](mailto:dietetica@andorra.ad)**