

| Día | Primer Plato                                                                        | Segundo Plato                                                                                      | Postre        |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 7   | <b>MACARRONES ECO italiana</b><br>Alubias con verduras                              | <b>Solomillo de pollo empanado</b><br>Huevos a la flamenca                                         | <b>Postre</b> |
| 8   | Ensalada completa con piña, queso fresco valenciano y huevo<br>Menestra de verduras | Paella valenciana<br><b>Pavo a las finas hierbas</b>                                               | Postre        |
| 9   | <b>Crema de zanahoria</b><br>Arroz tres delicias                                    | <b>Albóndigas en salsa</b><br>Merluza en salsa mery                                                | <b>Postre</b> |
| 10  | Lentejas con jamón<br><b>Tallarines carbonara</b>                                   | Tortilla española<br><b>Lomo rustido</b>                                                           | Postre        |
| 13  | <b>Tornillos con tomate y CALABACÍN ECO</b><br><b>Coliflor gratinada</b>            | <b>Chispas de merluza</b><br><b>Filete de jamón en salsa de frutos rojos</b>                       | <b>Postre</b> |
| 14  | Alubias de la abuela<br>Risotto de setas                                            | Tortilla de calabacín y queso<br>Salteado de magro con hortalizas                                  | Postre        |
| 15  | <b>Sopa de pescado con fideos</b><br><b>Vichyssoise</b>                             | <b>Muslo de pollo al chilindrón con ZANAHORIA ECO</b><br><b>Merluza a la vizcaína</b>              | <b>Postre</b> |
| 16  | Arroz al horno<br>Espinacas a la crema                                              | Abadejo al horno<br>Tortilla de york                                                               | Postre        |
| 17  | <b>Crema de guisantes y manzana</b><br><b>Espaguetis salteados con hortalizas</b>   | <b>Longanizas con pisto</b><br><b>Boquerones rebozados</b>                                         | <b>Postre</b> |
| 20  | Lentejas con arroz<br>Sopa de ave con estrellitas                                   | Bocaditos de rosada<br>Contramuslo de pollo en pepitoria                                           | Postre        |
| 21  | <b>Ensalada completa</b><br>Tumbet mallorquín                                       | <b>Canelones gratinados</b><br><b>Merluza en salsa americana</b>                                   | <b>Postre</b> |
| 22  | Crema mediterránea<br>Arroz milanese                                                | Lomo adobado al horno con cuscús<br>Huevos cocidos con bechamel                                    | Postre        |
| 23  | <b>Garbanzos a la jardinera</b><br><b>Acelgas a la catalana</b>                     | <b>Tortilla francesa con loncha de queso</b><br><b>Jamoncitos de pollo al horno</b>                | <b>Postre</b> |
| 24  | Arroz caldoso con pavo<br>Ensaladilla rusa                                          | Merluza SOSTENIBLE en salsa mery con <b>JUDÍAS VERDES ECO</b><br>Croquetas tradicionales de cocido | Postre        |
| 27  | <b>Sopa de ave con letras</b><br><b>Judías verdes salteadas con jamón</b>           | <b>Hamburguesa de ave en salsa de CEBOLLA ECO</b><br><b>Abadejo a la portuguesa</b>                | <b>Postre</b> |
| 28  | Arroz a la cubana<br>Ensalada campera                                               | Gallo San Pedro rebozado casero<br>Tortilla de pimiento                                            | Postre        |
| 29  | <b>Crema de garbanzos</b><br><b>Espirales boloñesa</b>                              | <b>Pizza IRCO</b><br><b>Filete de magro al curry</b>                                               | <b>Postre</b> |
| 30  | Noodles al estilo wok<br>Arroz rossejat                                             | Pollo al limón<br>Merluza a la gallega                                                             | Postre        |
| 31  | <b>Fabada vegetal con CALABAZA ECO</b><br><b>Crema de verduras naturales</b>        | <b>Tortilla de calabacín</b><br><b>Delicias de calamar</b>                                         | <b>Postre</b> |