



### ☀ LUNES ALMUERZO

- |                  |                          |   |
|------------------|--------------------------|---|
| - Gazpacho       | - Arroz ibérico al horno | - Lomo de merluza a la roteña   |
| - Ensalada mixta | - Pisto andaluz          | - Anillas de calamar a la plancha o medallones de cabeza de lomo a la plancha |
|                  |                          | - Jamoncito de pollo en salsa de ciruelas                                     |

### ☀ MARTES ALMUERZO

- |                  |                       |                                |
|------------------|-----------------------|--------------------------------|
| - Gazpacho       | - Patatas con choco   | - Taquito de atún encebollado  |
| - Ensalada mixta | - Guisantes con jamón | - Secreto ibérico a la plancha |
|                  |                       | - Fideuá gandiense             |

### ☀ MIÉRCOLES ALMUERZO

- |                  |                         |                                  |
|------------------|-------------------------|----------------------------------|
| - Gazpacho       | - Puchero Andaluz       | - Colita de rape al pimentón     |
| - Ensalada mixta | - Coliflor esparragales | - Arroz con gambas y bacalao     |
|                  |                         | - Filete de ternera a la plancha |

### ☀ JUEVES ALMUERZO

- |                  |   |                                     |
|------------------|---|-------------------------------------|
| - Gazpacho       | - Potaje de judías con calabaza y berza | - Taquitos de marrajo a la marinera |
| - Ensalada mixta | - Risotto de setas                      | - Espinacas con garbanzos           |
|                  |   | - Churrasco de pollo                |

### ☀ VIERNES ALMUERZO

- |                  |                                   |                                       |
|------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| - Gazpacho       | - Guiso de garbanzos con verduras | - Raya a la onubense                  |
| - Ensalada mixta | - Brócoli salteado con roquefort  | - Pollo con tomates y pimientos rojos |
|                  |                                   | - Chuleta de aguja de cerdo           |

### ☀ SÁBADO ALMUERZO

- |                  |                         |                                   |
|------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| - Gazpacho       | - Caldo gallego         | - Suprema de platija a la plancha |
| - Ensalada mixta | - Arroz negro con sepia | - Caldereta de cordero            |
|                  |                         | - Alitas de pollo fritas          |

### ☀ DOMINGO ALMUERZO

- |                  |                                    |                                |
|------------------|------------------------------------|--------------------------------|
| - Gazpacho       | - Patatas con ternera y alcauciles | - Choco a la riojana           |
| - Ensalada mixta | - Paella mixta                     | - Pechuga de pavo a la plancha |
|                  |                                    | - Judías salteadas con jamón   |

### ☾ LUNES CENA

- |                              |                     |                               |
|------------------------------|---------------------|-------------------------------|
| - Ensalada asiática de pollo | - Crema de verduras | - Lomo de merlin a la plancha |
| - Ceviche                    | - Calabacín relleno | - Chuletilla de cordero       |
|                              |                     | - Pato a la naranja           |

### ☾ MARTES CENA

- |                                |                        |                                  |
|--------------------------------|------------------------|----------------------------------|
| - Ensalada de patatas y gambas | - Crema de calabacín   | - Filete de tilapia a la plancha |
| - Picadillo de atún            | - Alcachofas con jamón | - Salmón en salsa nantua         |
|                                |                        | - Tortilla de patatas            |

### ☾ MIÉRCOLES CENA

- |                     |                     |                                     |
|---------------------|---------------------|-------------------------------------|
| - Ensalada caprese  | - Sopa de cebolla   | - Suprema de merluza en salsa verde |
| - Ensalada italiana | - Judías con tomate | - Carrillera de cerdo al vino tinto |
|                     |                     | - Pechuga de pollo a la plancha     |

### ☾ JUEVES CENA

- |                                  |                          |                                  |
|----------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| - Ensalada de aguacates y gambas | - Dúo de coles salteadas | - Chipirón al triki triki        |
| - Picadillo de caballas          | - Sopa de pescado        | - Pollo asado en su jugo         |
|                                  |                          | - Medallón de solomillo de cerdo |

### ☾ VIERNES CENA

- |                        |                         |                                    |
|------------------------|-------------------------|------------------------------------|
| - Ensalada murciana    | - Sopa de pollo y jamón | - Entrecot de ternera a la plancha |
| - Salpicón de mariscos | - Crema vichyssoise     | - Lomo de bacalao ajoarriero       |
|                        |                         | - Ragout de cerdo con setas        |

### ☾ SÁBADO CENA

- |                      |                                  |                                  |
|----------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| - Ensalada alemana   | - Crema de zanahorias y calabaza | - Palometa al azafrán            |
| - Picadillo de pulpo | - Mousaka                        | - Suprema de salmón a la plancha |
|                      |                                  | - Chuletas de cerdo a la plancha |

### ☾ DOMINGO CENA

- |                       |                         |   |
|-----------------------|-------------------------|---|
| - Ensalada antibesa   | - Sopa minestrone       | - Solomillo en salsa con alcachofas y jamón |
| - Cocktail de marisco | - Champiñones salteados | - Suprema de mero a la plancha              |
|                       |                         | - Mejillones a la marinera                  |