

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SABADO | DOMINGO |
|---------------------|-----------------------------|---|------------------------------------|--|-----------------------------------|---|--|
| DESAYUNO | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café | Pan con jamón y café |
| MEDIA MAÑANA | Manzana | Naranja | Manzana | Plátano | Plátano | Manzana | Plátano |
| COMIDA | Chicharos, huevo y ensalada | Picadillo con tomate y chicharos con verduras | Ensalada con pollo con verduras | Ensalada de arroz con brócoli | Pimientos del piquillo y lentejas | Alcachofas con jamón y filete pollo a la plancha | Pisto con huevo |
| MERIENDA | Pera | Yogur y almendras | Café | Café | Café | Manzana | Yogur y nueces |
| CENA | Ensalada y pisto | Ensalada con pavo a la plancha | Ensalada con tortilla de calabacín | Tomate aliñado y pez espada a la plancha | Revuelto de espárragos trigueros | Sopa de verduras con fideos y filete de cerdo plancha | Lata de sardinas en aceite con queso fresco. Yogur |