



# septiembre 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA
<b>9</b> Kcal 803 HC 104 Lip 25 Prot 45	<b>10</b> Kcal 731 HC 79 Lip 31 Prot 38	<b>11</b> Kcal 874 HC 91 Lip 41 Prot 39	<b>12</b> Kcal 849 HC 104 Lip 35 Prot 34	<b>13</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46
Garbanzos con calabaza Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	Ensalada de pasta Salmon meniere Fruta de temporada	Marmitako Hamburguesa de vacuno y cerdo con pimientos rojos Fruta de temporada	Cocido de alubias rojas Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur
Sopa - Pescado - Yogur	Sopa - Carne - Yogur	Verdura - Huevo - Yogur	Ensalada - Ave - Yogur	Patata - Pescado - Fruta
<b>16</b> Kcal 709 HC 80 Lip 29 Prot 30	<b>17</b> Kcal 756 HC 108 Lip 18 Prot 45	<b>18</b> Kcal 935 HC 70 Lip 46 Prot 61	<b>19</b> Kcal 814 HC 95 Lip 29 Prot 47	<b>20</b> Kcal 756 HC 80 Lip 39 Prot 22
Vainas con patatas Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada	Macarrones integrales con tomate Pavo guisado con patatas fritas Fruta de temporada	Sopa de ave con fideos Muslo de pollo asado con salteado campestre Natillas	Lentejas con verduras Merluza a la romana con mahonesa Fruta de temporada	Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada
Patata - Huevo - Yogur	Verdura - Ave - Yogur	Verdura - Pescado - Fruta	Sopa - Carne - Lácteo	Crema - Pescado - Yogur
<b>23</b> Kcal 651 HC 80 Lip 27 Prot 32	<b>24</b> Kcal 757 HC 99 Lip 22 Prot 45	<b>25</b> Kcal 702 HC 96 Lip 28 Prot 17	<b>26</b> Kcal 776 HC 97 Lip 30 Prot 38	<b>27</b> Kcal 813 HC 103 Lip 31 Prot 34
Menestra de verduras Albondigas de ave con champiñon Fruta de temporada	Garbanzos con calabaza Merluza a la romana con calabacin Fruta de temporada	Crema de purrusalda Croquetas de pollo con ensalada Fruta de temporada	Paella de carne Salmon en salsa verde Quesitos	Lentejas con verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada
Sopa - Pescado - Yogur	Crema - Carne - Yogur	Arroz - Pescado - Lácteo	Verdura - Huevo - Fruta	Verdura - Ave - Lácteo
<b>30</b> Kcal 744 HC 96 Lip 23 Prot 42				
Alubias blancas con verduras Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada				
Arroz - Carne - Yogur				