






# abril 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Kcal 875 HC 118 Lip 36 Prot 30 Garbanzos con verduras Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada Sopa - Pescado - Yogur	<b>2</b> Kcal 842 HC 109 Lip 34 Prot 27  Espirales bolognesa Tortilla de patata al horno con ensalada Quesito con membrillo Verdura - Carne - Fruta	<b>3</b> Kcal 714 HC 88 Lip 19 Prot 51  Lentejas con verduras Pechuga de pollo con champiñones Fruta de temporada Crema - Pescado - Yogur	<b>4</b> Kcal 671 HC 82 Lip 25 Prot 33 Purrusalda Abadejo a la romana con mahonesa Fruta de temporada Verdura - Ave - Lácteo
<b>7</b> Kcal 684 HC 89 Lip 31 Prot 15 Crema de verduras San jacobito de ave con ensalada Fruta de temporada Pasta - Huevo - Lácteo	<b>8</b> Kcal 794 HC 104 Lip 18 Prot 57 Cocido de alubias rojas Blanqueta de pavo con piña y patata Fruta de temporada Arroz - Ave - Yogur	<b>9</b> Kcal 818 HC 113 Lip 31 Prot 26 Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada Crema - Pescado - Lácteo	<b>10</b> Kcal 633 HC 72 Lip 19 Prot 43  Menestra de verduras Lomo adobado con hortalizas tricolor Yogur Pasta - Pescado - Fruta	<b>11</b> Kcal 751 HC 88 Lip 25 Prot 46 Lentejas con verduras Salmon en salsa verde Fruta de temporada Ensalada - Huevo - Yogur
<b>14</b> Kcal 721 HC 73 Lip 27 Prot 37 Sopa de ave con fideos integrales Hamburguesa de ave con pimientos rojos Fruta de temporada Arroz - Carne - Lácteo	<b>15</b> Kcal 664 HC 80 Lip 30 Prot 20 Crema de puerros y espinacas Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada Sopa - Pescado - Yogur	<b>16</b> Kcal 835 HC 95 Lip 30 Prot 50 Alubias blancas estofadas Abadejo a la romana con mahonesa Yogur Pasta - Ave - Fruta	<b>17</b> FIESTA	<b>18</b> FIESTA
<b>21</b> FIESTA	<b>22</b> FIESTA	<b>23</b> FIESTA	<b>24</b> FIESTA	<b>25</b> FIESTA
<b>28</b> Kcal 727 HC 97 Lip 21 Prot 41 Garbanzos con verduras Tilapia a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada Arroz - Huevo - Lácteo	<b>29</b> Kcal 801 HC 112 Lip 25 Prot 37  Paella de carne Lomo de sajonia con ensalada Fruta de temporada Verdura - Pescado - Yogur	<b>30</b> Kcal 784 HC 81 Lip 41 Prot 24  Crema de verduras Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Yogur Pasta - Ave - Fruta		

 Cena recomendada

 Menú bajo en huella de carbono

 Plato distinto al menú basal

 Menú libre de proteína animal



Al menos una vez por semana, servimos pan elaborado con un mínimo de 50% de harina integral y 12% de salvado.