



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		FIESTA	FIESTA	FIESTA
6 Kcal 752 HC 89 Lip 26 Prot 44	7 Kcal 757 HC 81 Lip 39 Prot 22	8 Kcal 801 HC 112 Lip 25 Prot 37	9 Kcal 772 HC 94 Lip 25 Prot 45	10 Kcal 947 HC 104 Lip 43 Prot 40
Alubias blancas con calabaza Salmon en salsa verde Fruta de temporada	Crema de verduras Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada	Paella de carne Lomo de sajonia con ensalada Fruta de temporada	Patatas a la riojana Abadejo a la romana con zanahoria y champiñon Natillas	Lentejas con verduras Albondigas de vacuno y cerdo a la jardinera Fruta de temporada
Arroz - Huevo - Lácteo	Pasta - Ave - Yogur	Verdura - Pescado - Yogur	Ensalada - Carne - Fruta	Crema - Pescado - Yogur
13 Kcal 865 HC 56 Lip 47 Prot 57	14 Kcal 826 HC 100 Lip 28 Prot 48	15 Kcal 749 HC 93 Lip 34 Prot 25	16 Kcal 689 HC 83 Lip 32 Prot 20	17 Kcal 744 HC 114 Lip 13 Prot 47
Menestra de verduras Muslo de pollo asado con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie	Lentejas con verduras Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	Sopa de ave con fideos Empanadillas de bonito con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza Tortilla de patata y chorizo al horno con ensalada Fruta de temporada	Macarrones con tomate Blanqueta de pavo con piña y patata Fruta de temporada
Arroz - Huevo - Fruta	Ensalada - Ave - Yogur	Verdura - Ave - Yogur	Pasta - Pescado - Lácteo	Crema - Carne - Yogur
20 Kcal 813 HC 103 Lip 31 Prot 34	21 Kcal 907 HC 122 Lip 27 Prot 50	22 Kcal 839 HC 106 Lip 25 Prot 52	23 Kcal 659 HC 75 Lip 22 Prot 31	24 Kcal 705 HC 83 Lip 27 Prot 35
Lentejas con verduras Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta de temporada	Caracolillos italiana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Lomo adobado con patatas fritas Yogur bebible	Crema de puerros y espinacas Hamburguesa de ave con salteado campestre Fruta de temporada	Patatas guisadas Salmon meniere Fruta de temporada
Verdura - Pescado - Yogur	Ensalada - Huevo - Yogur	Crema - Carne - Fruta	Pasta - Huevo - Yogur	Verdura - Ave - Yogur
27 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	28 Kcal 832 HC 132 Lip 29 Prot 16	29 Kcal 706 HC 69 Lip 21 Prot 57	30 Kcal 810 HC 97 Lip 29 Prot 44	31 Kcal 891 HC 113 Lip 38 Prot 27
Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Paella vegetal San jacobito con ensalada Fruta de temporada	Vainas con patatas Jamoncitos al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	Garbanzos con calabaza Abadejo a la romana con mahonesa Fruta de temporada	Macarrones integrales con tomate Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta de temporada
Arroz - Huevo - Fruta	Ensalada - Ave - Lácteo	Pasta - Pescado - Yogur	Sopa - Carne - Lácteo	Crema - Ave - Yogur