

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

LENTEJAS ESTOFADAS (SIN EMBUTIDOS)
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA VERDE
FRUTA Y LECHE
691,29 Kcal - HC: 65,67 g - G: 34,86 g - Pr: 28,88 g

04

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE NATURAL
BACALAO AL HORNO
FRUTA Y LECHE
579,00 Kcal - HC: 75,94 g - G: 17,63 g - Pr: 29,16 g

05

SOPA DE COCIDO (CALDO VEGETAL NATURAL)
GARBANZOS ESTOFADOS CON TERNERA (SIN EMBUTIDOS)
YOGUR
593,77 Kcal - HC: 86,92 g - G: 14,60 g - Pr: 28,47 g

06

PAELLA VALENCIANA (SIN EMBUTIDOS, CALDO NATURAL)
FILETE DE LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA MIXTA
FRUTA Y LECHE
589,37 Kcal - HC: 74,11 g - G: 21,08 g - Pr: 25,90 g

07

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA
TORTILLA FRANCESA CON JAMON
YOGUR
571,37 Kcal - HC: 56,56 g - G: 25,32 g - Pr: 29,42 g

08

SOPA DE PESCADO (CALDO VEGETAL NATURAL)
LACON A LA GALLEGA
TOMATE RODAJA
FRUTA Y LECHE
502,30 Kcal - HC: 47,69 g - G: 18,82 g - Pr: 32,83 g

09

PATATAS CON VERDURAS (SIN EMBUTIDOS)
POLLO ASADO EN SU JUGO
ENSALADA VERDE
FRUTA Y LECHE
517,27 Kcal - HC: 51,57 g - G: 23,36 g - Pr: 20,55 g

10

JUDIAS VERDES SALTEADAS
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
ARROZ PILAF
YOGUR
705,09 Kcal - HC: 83,79 g - G: 27,21 g - Pr: 31,35 g

13

ESPIRALES CON SALSA DE TOMATE NATURAL
RAGOUT DE TERNERA
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA Y LECHE
700,31 Kcal - HC: 81,17 g - G: 23,60 g - Pr: 38,20 g

14

SOPA DE COCIDO (CALDO VEGETAL NATURAL)
GARBANZOS ESTOFADOS CON TERNERA (SIN EMBUTIDOS)
YOGUR
509,86 Kcal - HC: 76,77 g - G: 11,55 g - Pr: 24,52 g

15

ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE NATURAL
HALIBUT AL HORNO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA Y LECHE
730,48 Kcal - HC: 94,80 g - G: 26,93 g - Pr: 27,35 g

16

CREMA DE ZANAHORIA (SIN NATA NI QUESO)
POLLO ASADO EN SU JUGO
ENSALADA VERDE
FRUTA Y LECHE
474,54 Kcal - HC: 41,55 g - G: 23,51 g - Pr: 19,54 g

17

NO LECTIVO

20

SOPA DE ESTRELLITAS (CALDO VEGETAL NATURAL)
ESTOFADO DE PAVO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA Y LECHE
494,51 Kcal - HC: 49,11 g - G: 19,64 g - Pr: 30,38 g

21

ARROZ CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
YOGUR
599,44 Kcal - HC: 88,79 g - G: 15,15 g - Pr: 26,98 g

22

MENESTRA DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO EN SALSA DE TOMATE NATURAL
ARROZ BLANCO
FRUTA Y LECHE
862,89 Kcal - HC: 80,26 g - G: 42,88 g - Pr: 36,25 g

23

JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS (SIN EMBUTIDOS)
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA VERDE
FRUTA Y LECHE
652,07 Kcal - HC: 57,46 g - G: 34,84 g - Pr: 27,27 g

24

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE NATURAL
F. DE CABALLA EN SALSA NATURAL
LECHUGA Y MAIZ
YOGUR
765,32 Kcal - HC: 69,97 g - G: 40,92 g - Pr: 29,27 g

27

ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE NATURAL
CHULETA DE CERDO FRESCA A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA Y LECHE
698,17 Kcal - HC: 89,82 g - G: 24,63 g - Pr: 29,28 g

28

FIDEUA CON CARNE (SIN EMBUTIDOS)
SALMON EN SALSA NATURAL
YOGUR
631,70 Kcal - HC: 70,79 g - G: 23,59 g - Pr: 33,98 g

29

30

31