

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo 4-12 Ensalada de Lechuga y Tomate 9T-12 Pan Integral 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 768 Lip: 26,01 Prot: 31,58 HC: 98,05 Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo 8 Crema de Calabaza Albóndigas de Cerdo con Tomate 1-6-12 Arroz Pilaf 9T Pan Integral 50g. 1-11T Fruta Temporada Kcal: 691 Lip: 21,92 Prot: 23,76 HC: 100,79 Cena: Patata + Pescado + Fruta 15 Sopa de Cocido 1-3T-9T Cocido Completo 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 726 Lip: 24,75 Prot: 34,96 HC: 85,04 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 22 Potaje de Lentejas con Calabaza Caballa en Aceite 4 Ensalada de Lechuga y Maíz 12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 762 Lip: 31,31 Prot: 41,70 HC: 77,82 Cena: Arroz + Carne + Lácteo 29	2 Crema de Verduras Jamoncitos de Pollo al Horno 9T-12 Patatas Panaderas al Horno 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 708 Lip: 31,36 Prot: 31,64 HC: 77,08 Cena: Ensalada + Huevo + Fruta 9 Alubias Blancas Guisadas Abadejo al Horno al Limón 4-9T Ensalada de Tomate 9T-12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 692 Lip: 28,93 Prot: 32,90 HC: 76,35 Cena: Arroz + Carne + Lácteo 16 Crema de Zanahoria Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla 1-6-12 Patatas Panaderas al Horno 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 684 Lip: 23,50 Prot: 27,27 HC: 91,47 Cena: Ensalada + Ave + Lácteo 23 Crema de Verduras Jamoncitos de Pollo al Horno 9T-12 Arroz Pilaf 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 693 Lip: 28,06 Prot: 30,85 HC: 81,73 Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo 30	3 Garbanzos Estofados Ternera en Salsa Cazadora Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 619 Lip: 23,76 Prot: 33,25 HC: 66,03 Cena: Arroz + Carne + Lácteo 10 Sopa de Cocido 1-3T-9T Cocido Completo 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 731 Lip: 25,08 Prot: 35,56 HC: 82,44 Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo 17 Lentejas Guisadas con Carne Tortilla de Patata Con Cebolla 3 Ensalada de Tomate 9T-12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 716 Lip: 28,02 Prot: 28,98 HC: 85,77 Cena: Pasta + Huevo + Lácteo 24 Cazuela de Patatas con Bacalao 2T-4-9T-12-14T Cordon Bleu de Pavo 1-3T-6T-7 Ensalada de Tomate 9T-12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 893 Lip: 43,48 Prot: 32,23 HC: 96,05 Cena: Pasta + Huevo + Fruta 31	4 Tallarines Boloñesa 1-3T Varitas de Merluza 1-2T-3T-4-6T-7T-9T-14T Zanahorias al Vapor 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 940 Lip: 32,54 Prot: 36,53 HC: 121,00 Cena: Ensalada + Pescado + Fruta 11 Espirales con Tomate y Queso 1-3T-7 Tortilla de Patatas con Calabacín 3 Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 772 Lip: 28,43 Prot: 27,07 HC: 103,29 Cena: Verdura + Ave + Lácteo 18 Paella de Verduras Dados de Pavo al Horno 9T-12 Zanahorias al Vapor 9T Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada Kcal: 856 Lip: 23,17 Prot: 40,32 HC: 125,59 Cena: Ensalada + Pescado + Fruta 25 Espaguetis Boloñesa 1-3T Tortilla Francesa 3 Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 815 Lip: 34,78 Prot: 32,17 HC: 90,77 Cena: Ensalada + Pescado + Fruta	5 Lentejas con Arroz Tortilla Francesa 3 Ensalada de Lechuga y Maíz 12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 700,15 Lip: 29,45 Prot: 27,61 HC: 81,82 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 12 Arroz Caldoso de Verduras Merluza al Horno con Salsa Atomatada 4-9T-14T Ensalada de Lechuga y Maíz 12 Pan 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 778,45 Lip: 23,96 Prot: 30,35 HC: 114,39 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 19 Macarrones con Tomate y Albahaca 1-3T-9T Salmón al Horno en Salsa 2T-4-9T-12-14T Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12 Pan Integral 50g. 1-11T Fruta Temporada + Leche Kcal: 738,60 Lip: 25,03 Prot: 33,65 HC: 91,29 Cena: Verdura + Carne + Lácteo 26 Arroz con Tomate Abadejo a Las Finas Hierbas 4-9T Pimientos asados 12 Pan Integral 50g. 1-11T Fruta Temporada Kcal: 741,02 Lip: 25,07 Prot: 26,83 HC: 105,42 Cena: Verdura + Huevo + Fruta