



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Sopa arroz - dietas <u>Pollo al limón con patata y zanahoria</u> Fruta de temporada Kcal. 269 h.c. 32,4 lip. 8,3 p. 16,3	2 Macarrones con tomate sin gluten Merluza en salsa de zanahoria Fruta de temporada Kcal. 353 h.c. 48,3 lip. 11,8 p. 12,8	3 Puré de verdura - dietas Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Fruta de temporada Kcal. 296 h.c. 26,1 lip. 12,6 p. 19,0	4 Arroz con champiñones Huevos a la turca Fruta de temporada Kcal. 389 h.c. 48,7 lip. 15,8 p. 13,0	5 Patatas guisadas con verduras Caballa <u>Tomate frito</u> Yogur natural Kcal. 384 h.c. 30,3 lip. 17,7 p. 24,8
8 Festivo	9 Arroz con tomate Tortilla con calabacín <u>Ensalada de colores</u> Fruta de temporada Kcal. 502 h.c. 52,2 lip. 26,5 p. 13,6	10 <u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Fruta de temporada Kcal. 268 h.c. 29,9 lip. 11,3 p. 11,4	11 <u>Puré de verdura - dietas</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> <u>Ensalada del tiempo</u> Fruta de temporada Kcal. 327 h.c. 26,3 lip. 16,4 p. 18,3	12 <u>Patatas con calabacín y puerro</u> Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur natural Kcal. 347 h.c. 28,4 lip. 14,8 p. 23,4
15 Brócoli rehogado Huevos cocidos con tomate Fruta de temporada Kcal. 306 h.c. 22,3 lip. 17,7 p. 13,7	16 <u>Arroz con tomate</u> Merluza en salsa de verdura Fruta ecológica Kcal. 359 h.c. 51,6 lip. 10,4 p. 15,0	17 Crema de calabacín Ragout de pollo a la cazadora Fruta de temporada Kcal. 292 h.c. 25,0 lip. 13,0 p. 18,5	18 <u>Sopa arroz - dietas</u> Tortilla de patata casera <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada Kcal. 358 h.c. 42,8 lip. 15,7 p. 11,1	19 <u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Ragout de pavo estofado con verduras y patatas</u> Yogur natural Kcal. 409 h.c. 44,6 lip. 13,6 p. 26,0
22 Festivo	23 Festivo	24 Festivo	25 Festivo	26 Festivo
29 Festivo	30 Festivo	31 Festivo		