



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Festivo</b>	<b>Festivo</b>	<b>Festivo</b>		
5	6	7	8	9
			Arroz con calabacín Tortilla francesa casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan	Puré de zanahoria Escalope de pollo Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
			Kcal. 443 h.c. 50,4 lip. 21,2 p. 14,1	Kcal. 422 h.c. 40,9 lip. 17,8 p. 24,0
12	13	14	15	16
Paella de verdura <u>Merluza al horno</u> <u>Pimiento rojo</u> Fruta de temporada Pan	Lentejas con verduras <u>Tortilla francesa casera</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	Crema de verdura Abadejo rebozado Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	<u>Macarrones salteados</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Zanahoria Fruta de temporada Pan	Sopa de cocido <u>Cocido completo - dietas</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 414 h.c. 63,6 lip. 10,8 p. 16,9	Kcal. 558 h.c. 56,1 lip. 26,7 p. 22,2	Kcal. 416 h.c. 47,5 lip. 15,6 p. 22,0	Kcal. 386 h.c. 59,6 lip. 7,3 p. 20,9	Kcal. 599 h.c. 76,6 lip. 17,9 p. 28,4
19	20	21	22	23
Judías verdes rehogadas con patatas <u>Contramuslo de pollo en salsa de champiñones</u> Fruta ecológica Pan	Alubias blancas estofadas Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Sopa ave con fideos Tortilla de patata casera Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	Lentejas con calabaza <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Patatas Yogur natural Pan integral
Kcal. 347 h.c. 37,0 lip. 13,0 p. 20,5	Kcal. 402 h.c. 52,2 lip. 10,2 p. 22,5	Kcal. 488 h.c. 54,3 lip. 23,7 p. 14,5	Kcal. 458 h.c. 53,6 lip. 13,9 p. 28,7	Kcal. 448 h.c. 34,3 lip. 22,4 p. 26,5
26	27	28	29	30
Puré de calabacín ecológico Magro de cerdo en salsa Fruta de temporada Pan	Fideua con verduras Salmón en salsa de naranja Fruta de temporada Pan	Alubias pintas con verduras Huevos revueltos con pavo Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	Arroz tres delicias Merluza rebozada Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	Sopa de cocido <u>Cocido completo - dietas</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 351 h.c. 38,4 lip. 12,4 p. 22,4	Kcal. 505 h.c. 61,2 lip. 18,0 p. 25,2	Kcal. 522 h.c. 54,5 lip. 22,2 p. 22,9	Kcal. 564 h.c. 70,2 lip. 22,6 p. 21,1	Kcal. 599 h.c. 76,6 lip. 17,9 p. 28,4