



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Festivo	Festivo	Festivo		
5	6	7	8	9
			Arroz con tomate <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan	Puré de zanahoria <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
			Kcal. 469 h.c. 63,3 lip. 15,1 p. 21,4	Kcal. 361 h.c. 39,8 lip. 12,4 p. 22,1
12	13	14	15	16
<u>Arroz con verduras - dietas</u> Caballa Tomate frito Fruta de temporada Pan	<u>Patatas con verduras - dietas</u> <u>Lacón al horno</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	<u>Puré de verdura - dietas</u> <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Delicias de pavo</u> Zanahoria Fruta de temporada Pan	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 511 h.c. 69,0 lip. 15,8 p. 24,5	Kcal. 411 h.c. 48,1 lip. 17,2 p. 16,3	Kcal. 400 h.c. 41,8 lip. 16,9 p. 21,0	Kcal. 405 h.c. 63,9 lip. 8,7 p. 18,5	Kcal. 376 h.c. 40,3 lip. 16,0 p. 17,8
19	20	21	22	23
<u>Verduras salteadas</u> <u>Contramuslo de pollo en salsa de champiñones</u> Fruta ecológica Pan	Arroz con tomate Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	<u>Crema de calabaza</u> <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. 300 h.c. 34,7 lip. 9,7 p. 19,1	Kcal. 437 h.c. 63,2 lip. 13,5 p. 17,2	Kcal. 354 h.c. 42,4 lip. 12,4 p. 19,4	Kcal. 414 h.c. 44,2 lip. 17,6 p. 20,7	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	Macarrones con verduras <u>Salmón en salsa de verdura</u> Fruta de temporada Pan	<u>Patatas con verduras - dietas</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	Arroz con maíz y zanahoria <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Yogur natural Pan integral
Kcal. 351 h.c. 38,4 lip. 12,4 p. 22,4	Kcal. 487 h.c. 65,1 lip. 16,6 p. 19,9	Kcal. 318 h.c. 46,5 lip. 6,8 p. 18,5	Kcal. 585 h.c. 73,6 lip. 24,4 p. 18,1	Kcal. 376 h.c. 40,3 lip. 16,0 p. 17,8