

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3 KCal. 542 H.C. 46 Lip. 26 P. 32

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
CABALLA CON SALSA DE TOMATE
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

4 KCal. 762 H.C. 98 Lip. 30 P. 29

LENTEJAS CON CALABAZA
DELICIAS DE BROCOLI
• PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

5 KCal. 810 H.C. 101 Lip. 37 P. 26

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS FRESCAS DE POLLO EN SALSA
• PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

6 KCal. 575 H.C. 69 Lip. 21 P. 31

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
MERLUZA AL HORNO
• ENSALADA DEL TIEMPO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

7 KCal. 604 H.C. 51 Lip. 34 P. 25

CREMA DE CALABACIN ECOLÓGICO
TORTILLA DE PAVO
• ENSALADA DE LECHUGA
YOGUR
PAN INTEGRAL

10 KCal. 671 H.C. 49 Lip. 40 P. 31

BROCOLI REHOGADO
PLATÍJA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

11 KCal. 671 H.C. 87 Lip. 24 P. 31

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
COCIDO COMPLETO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

12 KCal. 612 H.C. 69 Lip. 29 P. 22

CREMA DE ZANAHORIA
TORTILLA FRANCESA DE QUESO
• ENSALADA DE COLORES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

13 KCal. 637 H.C. 92 Lip. 16 P. 35

ARROZ CON TOMATE
RAGOUT DE POLLO A LA CAZADORA
FRUTA FRESCA
PAN

14 KCal. 592 H.C. 81 Lip. 14 P. 38

LENTEJAS A LA HORTELANA
MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS
YOGUR
PAN INTEGRAL

17 KCal. 602 H.C. 69 Lip. 23 P. 34

PURE DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

18 KCal. 677 H.C. 100 Lip. 22 P. 25

ARROZ CON CHAMPIÑONES
MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)
• ENSALADA DE COLORES
FRUTA ECOLÓGICA
PAN

19 KCal. 568 H.C. 48 Lip. 34 P. 21

JUDIAS VERDES SALTEADAS
TORTILLA FRANCESA DE QUESO
• ENSALADA DEL TIEMPO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

20 KCal. 584 H.C. 63 Lip. 23 P. 35

SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN
POLLO GUISADO CON VERDURAS
• PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

21 KCal. 634 H.C. 79 Lip. 16 P. 47

LENTEJAS CON ARROZ
CABALLA CON SALSA DE TOMATE
YOGUR
PAN INTEGRAL

24 KCal. 726 H.C. 94 Lip. 30 P. 25

ARROZ CON TOMATE
HUEVOS REVUELTOS CON FIAMBRE DE PAVO
• ENSALADA DE COLORES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

25 KCal. 724 H.C. 83 Lip. 29 P. 37

LENTEJAS CON VERDURA
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA -
DIETAS
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

26 KCal. 610 H.C. 66 Lip. 26 P. 32

CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA
SALMÓN AL HORNO CON SALSA DE NARANJA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

27 KCal. 671 H.C. 87 Lip. 24 P. 31

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
COCIDO COMPLETO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

28 KCal. 960 H.C. 109 Lip. 41 P. 46

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)
• PATATA PANADERA
BIZCOCHO DE NARANJA
PAN INTEGRAL

31 KCal. 538 H.C. 63 Lip. 23 P. 24

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
LACON AL HORNO
• PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN