

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3 KCal. 558 H.C. 55 Lip. 24 P. 32

PURE DE VERDURAS (dietas)
CABALLA CON SALSA DE TOMATE
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

4 KCal. 703 H.C. 89 Lip. 32 P. 19

PORRUSALDA
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. 484 H.C. 45 Lip. 25 P. 23

BROCOLI CON PATATAS
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. 689 H.C. 56 Lip. 39 P. 32

BROCOLI REHOGADO
PLATIJA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)
• PATATA PANADERA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

11 KCal. 468 H.C. 64 Lip. 17 P. 20

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

12 KCal. 583 H.C. 66 Lip. 28 P. 21

CREMA DE ZANAHORIA
TORTILLA FRANCESA (DIETAS)
• 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. 522 H.C. 64 Lip. 19 P. 26

PATATAS GUIADAS (DIETAS)
MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS
YOGUR
PAN INTEGRAL

17 KCal. 590 H.C. 55 Lip. 33 P. 21

PURE DE VERDURAS (dietas)
TORTILLA FRANCESA (DIETAS)
• ENSALADA DE LECHUGA
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. 570 H.C. 51 Lip. 33 P. 20

VERDURAS 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. 465 H.C. 44 Lip. 18 P. 33

VERDURAS SALTEADAS
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. 455 H.C. 61 Lip. 18 P. 16

GUIZO DE PATATAS (DIETAS)
CONTRAMUSLO POLLO AL AJILLO
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

26 KCal. 447 H.C. 68 Lip. 11 P. 24

CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

27 KCal. 468 H.C. 64 Lip. 17 P. 20

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

28 KCal. 632 H.C. 60 Lip. 34 P. 25

COLIFLOR CON PATATA
MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)
• PATATA PANADERA
BIZCOCHO DE NARANJA
PAN INTEGRAL

31 KCal. 732 H.C. 61 Lip. 43 P. 28

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