

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 KCal. 460 H.C. 61 Lip. 19 P. 16

PATATAS GUIADAS
CONTRAMUSLO POLLO AL AJILLO
• ENSALADA DEL TIEMPO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

6 KCal. 672 H.C. 69 Lip. 33 P. 29

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA
TORTILLA FRANCESA
• ENSALADA VERDE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

7 KCal. 451 H.C. 57 Lip. 16 P. 23

PURE DE CALABACIN
MERLUZA AL HORNO EN SALSAS CON VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

8 KCal. 680 H.C. 89 Lip. 23 P. 34

ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA
• ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

9 KCal. 665 H.C. 86 Lip. 25 P. 31

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
COCIDO COMPLETO
MANZANA
PAN INTEGRAL

12 KCal. 683 H.C. 83 Lip. 22 P. 43

LENTEJAS ECOLOGICAS ESTOFADAS
LIMNADA ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)
• ENSALADA DE COLORES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

13 KCal. 484 H.C. 48 Lip. 19 P. 34

BROCOLI REHOGADO
RAGOUT DE POLLO A LA CAZADORA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

14 KCal. 656 H.C. 69 Lip. 31 P. 29

JUDIAS PINTAS ESTOFADAS
REVUELTO DE HUEVO
• ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

16 KCal. 622 H.C. 62 Lip. 35 P. 17

SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN
ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO EN SALSAS DE VERDURAS (DIETAS)
MANZANA
PAN INTEGRAL

19 KCal. 586 H.C. 83 Lip. 23 P. 16

CREMA DE CALABAZA
TORTILLA DE PATATA
• ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

20 KCal. 564 H.C. 94 Lip. 13 P. 25

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSAS DE ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

21 KCal. 677 H.C. 94 Lip. 23 P. 28

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

22 KCal. 597 H.C. 65 Lip. 26 P. 31

PATATAS CON VERDURAS
BACALAO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)
• ENSALADA DE COLORES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

23 KCal. 588 H.C. 60 Lip. 26 P. 33

PURE DE VERDURAS
POLLO EMPANADO
• ENSALADA DE LECHUGA
MANZANA
PAN

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

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

27 KCal. 665 H.C. 87 Lip. 22 P. 36

LENTEJAS CON CALABAZA
LAÇON AL HORNO
• PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

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

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

29 KCal. 666 H.C. 90 Lip. 25 P. 23

MACARRONES CON VERDURAS SIN GLUTEN
MERLUZA AL HORNO
• ENSALADA DEL TIEMPO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

30 KCal. 566 H.C. 51 Lip. 32 P. 21

CREMA DE CALABACIN
TORTILLA DE PAVO
• ENSALADA DE LECHUGA
MANZANA
PAN INTEGRAL