

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. 537 H.C. 47 Lip. 31 P. 20

VERDURAS SALTEADAS
TORTILLA FRANCESA (DIETAS)
• 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. 499 H.C. 61 Lip. 19 P. 23

SOPA DE AVE CON ARROZ (DIETAS)
POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)
YOGUR
PAN INTEGRAL

12 KCal. 717 H.C. 94 Lip. 26 P. 32

ARROZ BLANCO CON TOMATE
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. 642 H.C. 60 Lip. 37 P. 21

HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)
TORTILLA FRANCESA (DIETAS)
• ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

16 KCal. 562 H.C. 51 Lip. 25 P. 35

SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN
MAGRO DE CERDO ESTOFADO
YOGUR
PAN INTEGRAL

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

CREMA DE CALABAZA
TORTILLA DE PATATA (DIETAS)
• ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

20 KCal. 556 H.C. 92 Lip. 12 P. 24

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

21 KCal. 474 H.C. 71 Lip. 15 P. 17

SOPA DE ARROZ (DIETAS)
POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)
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. 610 H.C. 55 Lip. 29 P. 36

PURE DE VERDURAS (dietas)
POLLO EMPANADO
• ENSALADA DE LECHUGA
YOGUR
PAN

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

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

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

PORRUSALDA
DELICIAS DE BROCOLI
• 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. 604 H.C. 51 Lip. 34 P. 25

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