



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 Alubias blancas estofadas Tortilla francesa casera Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 595 h.c. 72,5 lip.18,2 p.30,0	2 Sopa minestrone Pollo asado Arroz integral Fruta de temporada Pan Kcal. 506 h.c. 59,5 lip.20,8 p.21,4	3 Lentejas con calabaza Calamares rebozados Ensalada de lechuga Helado de vainilla Pan integral Kcal. 749 h.c. 92,3 lip.28,0 p.29,1
6 Crema de zanahoria ecológica Caballa Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan Kcal. 533 h.c. 62,1 lip.17,6 p.30,4	7 Sopa de cocido Cocido completo SIN PLATO Fruta de temporada Pan Kcal. 794 h.c. 102,3 lip.24,9 p.35,5	8 Coliflor rehogada Flamenquín Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 618 h.c. 59,9 lip.34,2 p.17,2	9 Macarrones integrales primavera Merluza en salsa de tomate y patatas Fruta de temporada Pan Kcal. 610 h.c. 89,3 lip.15,0 p.26,9	10 Alubias pintas con verduras Tortilla española Ensalada del tiempo Yogur de sabor Pan integral Kcal. 750 h.c. 102,2 lip.20,2 p.34,2
13 Festivo	14 Guisantes salteados Huevo revuelto Zanahoria ecológica Fruta de temporada Pan Kcal. 586 h.c. 57,2 lip.24,8 p.30,1	15 Sopa de fideos integrales Boquerones rebozados Ensalada de colores Yogur de sabor Pan Kcal. 749 h.c. 69,6 lip.37,9 p.33,2	16 Garbanzos con fritada Contramuslo de pollo al horno Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 544 h.c. 68,3 lip.13,6 p.34,7	17 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan integral Kcal. 497 h.c. 57,9 lip.22,6 p.13,6
20 Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas Fruta de temporada Pan Kcal. 574 h.c. 57,1 lip.27,5 p.23,5	21 Alubias blancas estofadas Abadejo rebozado Ensalada de lechuga Fruta ecológica Pan Kcal. 663 h.c. 77,3 lip.18,9 p.40,4	22 Puré de puerro Pollo a la cazadora Yogur de sabor Pan Kcal. 583 h.c. 85,1 lip.13,9 p.28,4	23 Macarrones integrales con tomate Merluza al horno Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 627 h.c. 83,3 lip.18,9 p.29,1	24 Lentejas ecológicas de la huerta Tortilla de patata casera Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 663 h.c. 96,9 lip.14,3 p.33,1
27 Puré de verdura ecológico Lomo adobado a la plancha Ensalada de colores Fruta de temporada Pan Kcal. 591 h.c. 61,4 lip.23,3 p.33,0	28 Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan Kcal. 794 h.c. 102,3 lip.24,9 p.35,5	29 Arroz integral con tomate Huevos revueltos con champiñones Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 601 h.c. 80,3 lip.21,3 p.22,6	30 Lentejas con chorizo Daditos de bacalao Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 802 h.c. 88,9 lip.33,3 p.34,4	31 Macarrones gratinados Perrito caliente Kétchup Galleta Pan integral Kcal. 830 h.c. 126,0 lip.25,3 p.25,6