

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES								
3	Kcal 731	HC 114,8	Lip 22,5	Prot 17,0	4	Kcal 984	HC 109,1	Lip 41,2	Prot 42,5	5	Kcal 762	HC 136,1	Lip 17,0	Prot 16,1	6	Kcal 861	HC 91,4	Lip 36,6	Prot 38,7	7	Kcal 870	HC 128,7	Lip 21,7	Prot 39,2
- Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz - Fruta - Pan	- Sopa de ave con fideos - Lomo adobado de cerdo rebozado con chips - Yogur natural azucarado - Pan	- <b>Borraja</b> - Arroz con verduritas de la huerta - Fruta - Pan	- Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - <b>Yogur natural</b> - Pan	- <b>Macarrones salteados</b> - Pechugas de pollo rebozadas con lechuga - Fruta - Pan																				
10	Kcal 758	HC 93,9	Lip 17,6	Prot 40,6	11	Kcal 769	HC 80,4	Lip 25,8	Prot 50,6	12	Kcal 742	HC 106,5	Lip 25,9	Prot 19,3	13	Kcal 1036	HC 135,8	Lip 37,4	Prot 35,8	14	Kcal 639	HC 80,2	Lip 23,1	Prot 27,1
- Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera - Fruta - Pan	- Crema de calabacin - <b>Muslo de pollo asado con verduras</b> - <b>Yogur natural</b> - Pan	- Sopa de letras - Tortilla de patata y pimientos con lechuga - Fruta - Pan	- Tallarines salteados al estilo oriental - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Yogur natural azucarado - Pan	- <b>Borraja</b> - Bacalao romana con ensalada liz - Fruta - Pan																				
17	Kcal 894	HC 136,5	Lip 27,1	Prot 22,4	18	Kcal 823	HC 96,9	Lip 34,5	Prot 29,1	19	Kcal 846	HC 142,1	Lip 22,7	Prot 17,4	20	Kcal 687	HC 74,1	Lip 27,4	Prot 33,3	21	Kcal 958	HC 135,2	Lip 44,3	Prot 45,1
- Puré de verdura - San jaco con ensalada liz - Fruta - Pan	- Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado - Pan	- <b>Macarrones salteados</b> - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan	- <b>Crema de calabacin</b> - Merluza en salsa meniere - <b>Yogur natural</b> - Pan	- Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta - Pan																				
24	Kcal 757	HC 85,2	Lip 21,7	Prot 42,9	25	Kcal 857	HC 104,5	Lip 34,9	Prot 30,2	26	Kcal 568	HC 76,3	Lip 21,5	Prot 17,2	27	Kcal 819	HC 93,8	Lip 27,3	Prot 46,9	28	Kcal 1088	HC 154,3	Lip 39,1	Prot 25,7
- Lentejas con verdura - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta - Pan	- Crema de calabaza y zanahoria - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave - <b>Yogur natural</b> - Pan	- <b>Borraja</b> - Tortilla de jamón cocido con lechuga - Fruta - Pan	- Patatas en salsa verde - Estofado de ternera con verduras a la cazadora - Yogur natural azucarado - Pan	- Macarrones napolitana - Empanadillas de atún con ensalada liz - Fruta - Pan																				



Kcal: Energía Kcal / HC: Hidratos de carbono gr. / Lip: Lípidos gr. / Prot: Proteínas gr.