

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Kcal HC Lip Prot 731 114,8 22,5 17,0	Kcal HC Lip Prot 984 109,1 41,2 42,5	Kcal HC Lip Prot 762 136,1 17,0 16,1	Kcal HC Lip Prot 861 91,4 36,6 38,7	Kcal HC Lip Prot 870 128,7 21,7 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	- Borrajá - Arroz con verduritas de la huerta - Fruta - Pan	- Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - Yogur natural - Pan	- Macarrones salteados - Pechugas de pollo rebozadas con lechuga - Fruta - Pan
10	11	12	13	14
Kcal HC Lip Prot 758 93,9 17,6 40,6	Kcal HC Lip Prot 769 80,4 25,8 50,6	Kcal HC Lip Prot 742 106,5 25,9 19,3	Kcal HC Lip Prot 1036 135,8 37,4 35,8	Kcal HC Lip Prot 639 80,2 23,1 27,1
- Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera - Fruta - Pan	- Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con verduras - Yogur natural - 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	- Borrajá - Bacalao romana con ensalada liz - Fruta - Pan
17	18	19	20	21
Kcal HC Lip Prot 894 136,5 27,1 22,4	Kcal HC Lip Prot 823 96,9 34,5 29,1	Kcal HC Lip Prot 846 142,1 22,7 17,4	Kcal HC Lip Prot 687 74,1 27,4 33,3	Kcal HC Lip Prot 958 135,2 44,3 45,1
- Puré de verdura - San jacobito con ensalada liz - Fruta - Pan	- Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado - Pan	- Macarrones salteados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan	- Crema de calabacín - Merluza en salsa meniere - Yogur natural - Pan	- Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta - Pan
24	25	26	27	28
Kcal HC Lip Prot 757 85,2 21,7 42,9	Kcal HC Lip Prot 857 104,5 34,9 30,2	Kcal HC Lip Prot 568 76,3 21,5 17,2	Kcal HC Lip Prot 819 93,8 27,3 46,9	Kcal HC Lip Prot 1088 154,3 39,1 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 - Yogur natural - Pan	- Borrajá - 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.