

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
1	Kcal 711	HC 89,8	Lip 17,6	Prot 46,8	2	Kcal 861	HC 111,3	Lip 34,7	Prot 23,0	3	Kcal 925	HC 132,5	Lip 32,1	Prot 27,5	4	Kcal 876	HC 104,2	Lip 26,0	Prot 46,9	5	Kcal 755	HC 104,6	Lip 25,9	Prot 21,0
- Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con pimientos, champiñón y patata - Fruta - Pan	- Sopa de ave con fideos - Croquetas con ensalada liz - Yogur natural azucarado - Pan	- Arroz tres delicias - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Fruta - Pan	- Alubias rojas con verdura - Merluza en salsa americana - Yogur sabores - Pan	- Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan																				
8	Kcal 806	HC 107,7	Lip 30,5	Prot 20,9	9	Kcal 838	HC 107,1	Lip 23,9	Prot 43,9	10	Kcal 838	HC 107,1	Lip 23,9	Prot 43,9	11	Kcal 1005	HC 131,1	Lip 32,0	Prot 44,9	12	Kcal 849	HC 87,7	Lip 31,4	Prot 44,5
- Puré de acelgas y calabacín - Tortilla de patata y pimientos con lechuga - Yogur sabores - Pan	- Garbanzos con verdura - Filete de merluza en salsa verde - Fruta - Pan	- Coditos con tomate - Lomo adobado de cerdo rebozado con lechuga - Yogur natural azucarado - Pan	- Lentejas con arroz - Alitas de pollo con ensalada liz - Fruta - Pan																					
15	Kcal 773	HC 104,0	Lip 27,0	Prot 29,7	16	Kcal 825	HC 93,6	Lip 29,9	Prot 43,6	17	Kcal 860	HC 91,9	Lip 33,9	Prot 43,5	18	Kcal 826	HC 101,4	Lip 19,5	Prot 46,7	19	Kcal 1109	HC 170,9	Lip 35,2	Prot 24,3
- Crema de calabaza y zanahoria - Salchichas frankfurt con tomate y patatas - Fruta - Pan	- Sopa de letras - Filete de ternera en salsa de verduras - Yogur natural azucarado - Pan	- Menestra de verduras - Pechugas de pollo en salsa de champiñón - Fruta - Pan	- Alubias blancas con verdura - Filete de abadejo romana con lechuga - Yogur sabores - Pan	- Arroz con tomate - Croquetas con ensalada liz - Postre dulce - Pan																				
22	Kcal 706	HC 103,6	Lip 20,4	Prot 27,3	23	Kcal 790	HC 85,0	Lip 23,6	Prot 45,2	24	Kcal 896	HC 131,1	Lip 29,4	Prot 24,7	25					26	Kcal 757	HC 91,8	Lip 25,7	Prot 37,2
- Porrusalda - Huevos con bechamel - Fruta - Pan	- Lentejas con verdura - Merluza en salsa meniere - Yogur sabores - Pan	- Sopa de lluvia - San jacobio con lechuga - Fruta - Pan		- Crema de calabacín - Lomo fresco de cerdo rebozado con ensalada liz - Fruta - Pan																				
29	Kcal 694	HC 93,7	Lip 14,7	Prot 46,1	30	Kcal 764	HC 104,0	Lip 27,3	Prot 21,8	31	Kcal 809	HC 101,5	Lip 22,0	Prot 44,0										
- Puré de verdura - Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata - Fruta - Pan	- Sopa de estrellas con pollo y huevo - Tortilla de patata con ensalada liz - Yogur natural azucarado - Pan	- Alubias rojas con verdura - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta - Pan																						



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