


| lunes | martes | miércoles | jueves | viernes |
|--|--|--|--|--|
| <p>3</p> <p>Arroz tres delicias con guisantes, zanahoria y jamón york Croquetas de Jamón serrano Ensalada de lechuga con remolacha Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 518,6 Prot 16,39 lip 24,54 HC 59</p> | <p>4</p> <p>Sopa de Cocido Cocido Completo con garbanzos, pollo, chorizo y verduras Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 600 Prot 31,09 lip 15,1 HC 86</p> | <p>5</p> <p>Pure de verduras Filete ruso en salsa española Patatas en bastón Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,1 HC 73,9</p> | <p>6</p> <p>Macarrones al pomodoro Merluza Orly Ensalada de lechuga y maíz Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 460,5 Prot 26,39 lip 18,84 HC 47,38</p> | <p>7</p> <p>Alubias blancas guisadas Chuleta de Sajonia Pure de patata Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 6</p> |
| <p>10</p> <p>Lentejas Castellanas con chorizo Albóndigas a la jardinera con guisantes, cebolla y tomate Patatas dado Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 516,7 Prot 29,89 lip 19,9 HC 53,38</p> | <p>11</p> <p>Paella Valenciana Lomo con salsa de manzana Champiñones salteados Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 460,5 Prot 26,39 lip 18,84 HC 47,38</p> | <p>12</p> <p>Sopa de fideos con huevo Bacalao rebozado Ensalada de lechuga con maíz Pan, yogurt</p> <p>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9</p> | <p>13</p> <p>Crema de calabacín Pollo a la cazadora con pimientos y tomate Patata panadera Pan, fruta fresca</p> <p>Kcal 374,4 Prot 22,49 lip 10,64 HC 58,9</p> | <p>14</p> <p>Potaje de Garbanzos Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Pan, fruta fresca</p> <p>Kcal 660 Prot 18,19 lip 26,74 HC 87,78</p> |
| <p>17</p> <p>Espirales napolitanas Crujiente de merluza Ensalada de lechuga y maíz Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78</p> | <p>18</p> <p>Judías pintas con arroz Tortilla a la francesa Panaché de verduras Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 64</p> | <p>19</p> <p>Crema de zanahoria Ragout de ternera con verduras Patata en cubo Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 64</p> | <p>20</p> <p>Sopa Minestrone con coditos Merluza a la vizcaína pimientos rojos asados Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9</p> | <p>21</p> <p>Lentejas con verduras Pollo guisado al chilindrón con cebolla, pimientos y tomate Patatas a la francesa Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 498 Prot 52,7 lip 31,5 HC 25,1</p> |
| <p>24</p> <p>Arroz con salsa de tomate Salchichas Frankfurt Pure de patata Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 64,1</p> | <p>25</p> <p>Alubias Blancas estofadas Lomo al ajillo a la plancha Ensalada de lechuga con remolacha Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 498 Prot 52,7 lip 31,5 HC 25,1</p> | <p>26</p> <p>Espagueti carbonara Bacalao a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan, yogurt</p> <p>Kcal 595 Prot 17,99 lip 12,94 HC 102,78</p> | <p>27</p> <p>Judías verdes con tomate Pollo asado en su jugo Patata panadera Pan, Fruta fresca</p> <p>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 64</p> | <p>28</p> <p>DÍA NO LECTIVO</p> |
| <div style="text-align: center;">  <p>Me encanta la verdura, tómala para tener unos huesos más fuertes</p> </div> | | | | |

