



LUNES

DÍA 6

ARROZ CON TOMATE

LOMO DE SAJONÍA A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
677	20	31	80

DÍA 13

POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO

PECHUGA DE PAVO ASADA CON ZANAHORIAS BABY FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
597	38	14	79

DÍA 20

CODITOS A LA NAPOLITANA

DADOS DE MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
661	27	19	95

DÍA 27

PAELLA MIXTA CIEGA

HAMBURGUESA DE TERNERA CON RODAJAS DE TOMATE FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
734	30	30	85

MARTES

DÍA 7

SOPA DE FIDEOS

SALCHICHAS DE POLLO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
540	20	20	71

DÍA 14

CREMA DE CALABAZA

MERLUZA A LA MARINERA CON GAMBAS Y PATATAS COCIDAS FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
589	22	13	96

DÍA 21

CREMA REINA DE POLLO

MAGRO DE CERDO EN SALSA CON PATATAS DADO YOGUR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
695	27	39	60

DÍA 28

CREMA DE CALABACÍN

CINTA DE LOMO AL HORNO CON PATATAS FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
760	20	37	87

MIÉRCOLES

DÍA 1

FESTIVO

DÍA 8

LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO

EMSPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA YOGUR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
741	30	30	87

DÍA 15

FESTIVO

DÍA 22

ARROZ A BANDA

ROTTI DE PAVO ASADO CON VERDURAS AL HORNO ZUMO DE NARANJA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
605	28	30	48

DÍA 29

LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO

TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA YOGUR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
717	33	34	71

JUEVES

DÍA 2

FESTIVO

DÍA 9

CREMA DE PUERROS

CONTRAMUSLOS DE POLLO EN PEPITORIA CON ARROZ BLANCO FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
600	25	14	94

DÍA 16

ARROZ CON POLLO

TORTILLA ESPAÑOLA CON RODAJAS DE TOMATE YOGUR LÍQUIDO

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
662	21	28	82

DÍA 23

PATATAS A LA MARINERA CON GAMBAS Y CALAMARES CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE TOMATE Y MAÍZ FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
745	18	32	95

DÍA 30

SOPA DE VERDURAS

CONTRAMUSLOS DE POLLO AL CURRY CON ARROZ FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
651	26	17	98

VIERNES

DÍA 3

NO LECTIVO

DÍA 10

LACITOS A LA CARBONARA

MERO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
663	26	24	86

DÍA 17

SOPA CASTELLANA

ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS DADO FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
702	25	31	81

DÍA 24

JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO

MERO EN SALSA VERDE CON ENSALADA FRUTA

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
780	31	28	102

DÍA 31

TALLARINES AL AJILLO CON BACON

PALITOS DE MERLUZA CON ENSALADA MELOCOTÓN EN ALMIBAR

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
604	26	26	107



LUNES

DÍA 6

REPOLLO REHOGADO
ATÚN EMPANADO CON PISTO
YOGUR

DÍA 13

CREMA DE CHAMPIÑÓN
FLAMENQUINES DE JAMÓN Y QUESO
CON ENSALADA
FRUTA

DÍA 20

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
TERNERA PLANCHA CON ZANAHORIA
BABY
YOGUR

DÍA 27

CHAMPIÑONES CON JAMÓN
ESCALOPE DE POLLO CON PISTO
FRUTA

MARTES

DÍA 7

TALLARINES AL AJILLO
SALCHICHAS DE PAVO CON ENSALADA
FRUTA

DÍA 14

CALABACINES RELLENOS
SEPIA A LA PLANCHA CON PATATAS
COCIDAS
FRUTA

DÍA 21

ENSALADA CAMPERA
CINTA DE LOMO ADOBADA CON
VERDURAS SALTEADAS
YOGUR

DÍA 28

CREMA DE ZANAHORIA
POLLO EMPANADO CON PATATAS
FRITAS
FRUTA

MIÉRCOLES

DÍA 1

FESTIVO

DÍA 8

CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA EN Salsa VERDE
FRUTA

DÍA 15

FESTIVO

DÍA 22

CREMA DE ZANAHORIA
RAGÚ DE PAVO CON PATATAS
FRUTA

DÍA 29

LOMBARDA CON PASAS Y MANZANA
CINTA DE LOMO CON PIMIENTOS
FRUTA

JUEVES

DÍA 2

FESTIVO

DÍA 9

ACELGAS CON PATATAS
JAMONCITOS DE POLLO CON
ZANAHORIA BABY
FRUTA

DÍA 16

ESPÁRRAGOS BLANCOS CON
MAYONESA
CROQUETAS DE JAMÓN CON
ZANAHORIA BABY
YOGUR

DÍA 23

CODITOS AL AJILLO
BONITO CON TOMATE
FRUTA

DÍA 30

ARROZ CON VERDURAS
SALMÓN A LA NARANJA CON
ENSALADA
FRUTA

VIERNES

DÍA 3

NO LECTIVO

DÍA 10

SOPA DE MARISCO
LENGUADO EN PAPILOTE
FRUTA

DÍA 17

ENSALADA DE PIMIENTOS ASADOS
ATÚN EMPANADO CON ENSALADA
FRUTA

DÍA 24

ACELGAS CON JAMÓN
HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS
FRUTA

DÍA 31

ACELGAS CON JAMÓN
HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS
FRUTA