

- 1 **705 Kcal/25,00 Gr 0,88 AGS 38,35 Prot 73,42 HC**  
**Lentejas estofadas con verduras** / Lentils stew with vegetables 1T-13  
**Salmón al horno** / Baked salmon 4
- 7 **Lechuga con tomate y aceitunas** / Tomato salad 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 14 **714 Kcal/13,10 Gr 1,00 AGS 28,02 Prot 125,63 HC**  
**Arroz con verduras** / Rice with vegetables 10T  
**Albóndigas de pescado en salsa de tomate** / Fish balls with vegetables in tomato sauce 1-2T-3T-4-6-10T  
**Puré de patata sin leche** / Mashed potatoes without milk 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 21 **515 Kcal/15,20 Gr 0,54 AGS 33,71 Prot 62,88 HC**  
**Guisantes rehogados** / Sauteed greenpeas  
**Merluza con tomate** / Hake with tomato sauce 4  
**Lechuga con tomate y huevo** / Egg salad 3-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 28 **623 Kcal/13,89 Gr 0,62 AGS 29,05 Prot 87,10 HC**  
**Macarrones al ajillo** / Macaroni with garlic 1-3T  
**Pescadilla menier** / Hake in menier sauce 1-4
- 7 **Lechuga con tomate y maíz** / Tomato salad 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T

- 8 **475 Kcal/20,50 Gr 0,49 AGS 16,56 Prot 51,70 HC**  
**Brócoli rehogado** / Sauteed broccoli 13  
**Tortilla francesa** / French omelette 3
- 7 **Lechuga con tomate y zanahoria** / Tomato salad 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 15 **722 Kcal/25,39 Gr 0,33 AGS 29,28 Prot 81,31 HC**  
**Alubias pintas con verduras y calamar** / Pinto beans stewed with vegetables and squid 6-13  
**Tortilla de patata con calabacín** / Spanish omelette with zucchini 3
- Lechuga con zanahoria y aceitunas** / Olives salad 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 22 **733 Kcal/25,18 Gr 0,13 AGS 30,50 Prot 90,67 HC**  
**Coditos con tomate** / Codito pasta with tomato sauce 1-3T  
**Magro de cerdo a la jardinera** / Lean pork stew with vegetables  
**Lechuga con remolacha y zanahoria** / Beet salad 10T-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 29 **681 Kcal/22,80 Gr 0,58 AGS 30,55 Prot 78,80 HC**  
**Lentejas estofadas con verduras** / Lentils stew with vegetables 1T-13  
**Huevo cocido con salsa de tomate** / Boiled egg with tomato sauce 3  
**Lechuga con remolacha y zanahoria** / Beet salad 10T-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T

- 2 **791 Kcal/29,51 Gr 0,83 AGS 27,38 Prot 103,67 HC**  
**Fideua de Verduras** / Vegetable's Noodles Paella 1-3T-10T  
**Albóndigas de carne con tomate** / Meatballs stewed with tomato sauce 1-8-10T  
**Calabacín provenzal** / Roasted zucchini  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 9 **632 Kcal/13,82 Gr 0,39 AGS 31,81 Prot 87,53 HC**  
**Macarrones con tomate y verduras** / Macaroni with vegetables 1-3T-10T  
**Bacalao a la gallega** / Baked Cod with garlic and paprika 4
- 7 **Lechuga con tomate y maíz** / Tomato salad 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 23 **559 Kcal/11,78 Gr 0,51 AGS 31,09 Prot 88,66 HC**  
**Sopa de ave con fideos** / Stew soup 1-3T  
**Compl. de cocido sin cerdo** / Madrid stew without pork  
**Repollo, patata y zanahoria** / Cabbage, potatoes and carrot 10T-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 30 **685 Kcal/19,32 Gr 0,46 AGS 27,89 Prot 68,33 HC**  
**Sopa de estrellas** / Star soup 1-3T  
**Pollo asado al limón y tomillo** / Roast chicken  
**Calabacín salteado** / Sauteed zucchini  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T

- 3 **693 Kcal/28,82 Gr 0,72 AGS 25,42 Prot 83,51 HC**  
**Garbanzos guisados con espinacas** / ECO chickpeas stew with spinach 13  
**Tortilla de patata** / Spanish omelette 3-13  
**Lechuga con remolacha y zanahoria** / Beet salad 10T-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 10 **559 Kcal/11,78 Gr 0,51 AGS 31,09 Prot 88,66 HC**  
**Sopa de ave con fideos** / Stew soup 1-3T  
**Compl. de cocido sin cerdo** / Madrid stew without pork  
**Repollo, patata y zanahoria** / Cabbage, potatoes and carrot 10T-13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 17 **489 Kcal/13,33 Gr 0,07 AGS 23,65 Prot 87,19 HC**  
**Crema de verduras** / Vegetable cream 13  
**Cinta de lomo sajonia** / Saxon loin ribbon  
**Patata asada** / Baked potatoes 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T
- 24 **799 Kcal/35,84 Gr 1,17 AGS 51,67 Prot 65,30 HC**  
**Crema de calabaza** / Pumpkin cream 13  
**Salmón a las finas hierbas** / Baked salmon 4  
**Patata al vapor** / Steamed potatoes 13  
**Fruta y pan** / Fruit and bread 1-8T-12T

- 4 **656 Kcal/15,49 Gr 0,40 AGS 36,48 Prot 90,12 HC**  
**Arroz milanese** / Milanese Rice 2-3T  
**Merluza con tomate y verduras** / Hake with vegetables and tomato sauce 4-10T
- 7 **Lechuga con tomate y zanahoria** / Tomato salad 13  
**Yogur desn y pan** / Yoghurt and bread 1-2-8T-12T
- 11 **815 Kcal/20,83 Gr 2,31 AGS 50,31 Prot 55,35 HC**  
**Crema de calabacín y puerro** / Leek and zucchini cream 13  
**Jamonicitos de pollo en pepitoria** / Chicken in sauce 3  
**Patata asada** / Baked potatoes 13  
**Yogur desn y pan** / Yoghurt and bread 1-2-8T-12T
- 18 **628 Kcal/15,76 Gr 0,61 AGS 47,13 Prot 65,92 HC**  
**Lentejas estofadas con verduras** / Lentils stew with vegetables 1T-13  
**Ragout de pavo** / Turkey Ragout 10T
- 7 **Lechuga con tomate y maíz** / Tomato salad 13  
**Yogur desn y pan** / Yoghurt and bread 1-2-8T-12T
- 25 **688 Kcal/22,53 Gr 0,45 AGS 26,43 Prot 83,03 HC**  
**Arroz a banda** / A banda rice 4T-5-6-13  
**Tortilla francesa** / French omelette 3  
**Lechuga con soja y maíz** / Soya salad 8-13  
**Yogur desn y pan** / Yoghurt and bread 1-2-8T-12T