

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

3

4

5

6

9 605 Kcal/20,57 Gr 0,47 AGS 27,74 Prot 73,60 HC

Lentejas estofadas con
verduras 1T-13

Tortilla francesa 3

Lechuga c/zanahoria 13

Fruta y pan 1-8T-12T

16 758 Kcal/17,35 Gr 1,38 AGS 29,24 Prot 125,25 HC

Arroz tres delicias con pavo 3-8

Albóndigas de pescado en
salsa 1-2T-3T-4-6-10T

Patata cuadro 13

Fruta y pan 1-8T-12T

23 624 Kcal/11,02 Gr 0,72 AGS 32,13 Prot 94,32 HC

Macarrones al ajillo 1-3T

Merluza en salsa 4-10T

Brócoli rehogado 13

Fruta y pan 1-8T-12T

30 607 Kcal/31,36 Gr 1,94 AGS 22,85 Prot 55,67 HC

Crema de espinacas 13

Albóndigas de ternera
guisadas 10T

Menestra de verduras 13

Fruta y pan 1-8T-12T

10 493 Kcal/10,49 Gr 1,28 AGS 28,93 Prot 69,82 HC

Judías verdes rehogadas con
patata 13

Filete de contramuslo de pollo
la jardinera

Patata panadera 13

Fruta y pan 1-8T-12T

17 623 Kcal/21,14 Gr 0,73 AGS 27,58 Prot 76,09 HC

Alubias pintas guisadas con
verduras 13

Tortilla de patata 3-13

Pisto de verduras

Fruta y pan 1-8T-12T

24 559 Kcal/11,78 Gr 0,51 AGS 31,09 Prot 88,66 HC

Sopa de ave con fideos 1-3T

Compl. de cocido sin cerdo

Repollo, patata y zanahoria
10T-13

Fruta y pan 1-8T-12T

31 683 Kcal/15,38 Gr 0,83 AGS 43,35 Prot 89,56 HC

Lentejas estofadas con
verduras 1T-13

Pavo en salsa

Patata cuadro 13

Fruta y pan 1-8T-12T

11 628 Kcal/13,57 Gr 0,85 AGS 30,87 Prot 88,69 HC

Fideua de Verduras 1-3T-10T

Merluza con tomate y
verduras 4-10T

7 Lechuga con tomate 13

Fruta y pan 1-8T-12T

18 720 Kcal/21,82 Gr 3,38 AGS 57,85 Prot 71,96 HC

7 Crema de calabaza 13

Pollo asado

Patata asada 13

Fruta y pan 1-8T-12T

25 482 Kcal/20,11 Gr 0,38 AGS 15,85 Prot 56,78 HC

Patatas guisadas con
verduras 10T-13

Tortilla francesa con pavo 3-8

Lechuga c/zanahoria 13

Fruta y pan 1-8T-12T

12 559 Kcal/11,78 Gr 0,51 AGS 31,09 Prot 88,66 HC

Sopa de ave con fideos 1-3T

Compl. de cocido sin cerdo

Repollo, patata y zanahoria
10T-13

Fruta y pan 1-8T-12T

19 697 Kcal/14,91 Gr 0,72 AGS 41,42 Prot 106,86 HC

Coditos con tomate 1-3T

Merluza en salsa verde 1-3-4

Guisantes rehogados

Fruta y pan 1-8T-12T

26 578 Kcal/23,55 Gr 6,80 AGS 21,96 Prot 67,40 HC

Crema de puerros 13

Hamburguesa de ternera a la
plancha 8T

Patata al horno 13

Fruta y pan 1-8T-12T

13 584 Kcal/19,20 Gr 1,79 AGS 22,49 Prot 90,01 HC

Arroz con tomate

Tortilla francesa 3

Champiñón salteado

Yogur y pan 1-2-8T-12T

20 663 Kcal/28,81 Gr 3,80 AGS 28,65 Prot 70,11 HC

Garbanzos guisados con
espinacas 13

Tortilla francesa con queso 2-3

Lechuga con maíz 13

Natillas y pan 1-2-8T-12T

27 667 Kcal/16,07 Gr 1,99 AGS 34,96 Prot 97,50 HC

Paella mixta 5-6-13

Merluza al horno 4

Verduras salteadas

Yogur y pan 1-2-8T-12T