

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 441 Kcal/10,47 Gr/0,41 AGS 25,20 Prot 60,48 HC
10T-13
Patatas guisadas con verduras

Merluza con tomate 4
Pisto de verduras

Fruta y pan 1-8T-12T

13 650 Kcal/19,69 Gr/2,51 AGS 41,61 Prot 74,14 HC
Menestra de verduras 13

Jamonicitos de pollo al limón

Patata cuadro 13
Fruta y pan 1-8T-12T

20 871 Kcal/11,14 Gr/1,05 AGS 26,06 Prot 118,50 HC
Arroz con verduras 10T
Albóndigas de pescado en salsa 1-2T-3T-4-6-10T
Menestra de verduras 13

Fruta y pan 1-8T-12T

27

7 550 Kcal/17,23 Gr/0,57 AGS 30,09 Prot 88,20 HC
7 Crema de calabaza 13

Ragout de pollo 10T
Patata cuadro 13

Fruta y pan 1-8T-12T

14 685 Kcal/23,41 Gr/1,31 AGS 34,25 Prot 80,30 HC
Garbanzos guisados con verduras 10T-13
Merluza al horno 4

Berenjena rebozada 1-2T-4T-5T-6T
Fruta y pan 1-8T-12T

21 559 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

28 777 Kcal/25,18 Gr/0,63 AGS 34,56 Prot 98,78 HC
Paella de Pollo
Merluza rebozada 1-3-4
Lechuga con maíz 13
Fruta y pan 1-8T-12T

1 697 Kcal/18,57 Gr/1,83 AGS 37,21 Prot 88,04 HC
Macarrones con tomate y carne 1-3T-13
Merluza al limón 4
Ensalada mixta 3-13
Fruta y pan 1-8T-12T

8 559 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

15 678 Kcal/24,03 Gr/2,11 AGS 24,23 Prot 88,40 HC
Macarrones con tomate y verduras 1-3T-10T
Tortilla francesa con queso 2-3

Lechuga con maíz 13
Fruta y pan 1-8T-12T

22 489 Kcal/12,86 Gr/0,59 AGS 27,64 Prot 64,43 HC
Crema de espinacas 13
Merluza con ajito y perejil 4

Patata panadera 13

Fruta y pan 1-8T-12T

2 637 Kcal/19,68 Gr/2,42 AGS 43,89 Prot 75,46 HC
Guisantes con zanahoria
Jamonicitos de pollo asado
Patata cuadro 13
Fruta y pan 1-8T-12T

9 882 Kcal/21,87 Gr/0,65 AGS 18,22 Prot 103,64 HC
Arroz con tomate

Tortilla de patata 3-13
Lechuga con tomate 13

Fruta y pan 1-8T-12T

16 420 Kcal/9,90 Gr/0,40 AGS 25,13 Prot 57,29 HC
Patatas guisadas con verduras 10T-13
Merluza en salsa 4-10T

Champiñón al ajillo
Fruta y pan 1-8T-12T

23 700 Kcal/24,63 Gr/1,30 AGS 38,88 Prot 106,09 HC
Fideua de Verduras 1-3T-10T
Ragout de ternera en salsa

Guisantes rehogados

Fruta y pan 1-8T-12T

3 846 Kcal/27,94 Gr/3,97 AGS 32,01 Prot 64,40 HC
Alubias blancas guisadas con verduras 10T-13
Tortilla francesa con queso 2-3
Lechuga con aceitunas 13
Yogur y pan 1-2-8T-12T

10 724 Kcal/17,60 Gr/2,22 AGS 48,71 Prot 103,08 HC
Espagueti con tomate y pavo 1-3T-8
Merluza en salsa verde 1-3-4
Guisantes rehogados

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

17 691 Kcal/37,60 Gr/3,39 AGS 27,24 Prot 59,46 HC
Crema de puerros 13

Albóndigas de ternera guisadas 10T

Patatas fritas 13
Yogur y pan 1-2-8T-12T

24