

**JUEVES 1**
**VIERNES 2**

# Fiesta

**LUNES 5**

 CREMA DE ZANAHORIA  
 HAMBURGUESAS CON TOMATE  
 FRUTA

Kcal 578,7/ Prot 31,5,g/ Lip 17,6,g/ Hcar 71,5 g

**MARTES 6**

 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS  
 TORTILLA DE PATATA CON  
 ENSALADA  
 FRUTA

Kcal 653, 4/ Prot 24,2 g/ Lip 25,41g/ Hcar 78,7 g

**MIÉRCOLES 7**

 PATATAS GUIADAS  
 LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS  
 FRUTA

Kcal 622,4/ Prot 31,7g/ Lip 20,8g/ Hcar 77,8 g

**JUEVES 8**

 GARBANZOS GUIADOS  
 MERLUZA EN SALSA MARINERA  
 YOGUR

Kcal 620/ Prot 30,3 / Lip 17, 3 g/ Hcar 78,2 g

**VIERNES 9**

 MACARRONES CON TOMATE  
 POLLO ASADO CON  
 CHAMPIÑONES  
 FRUTA

Kcal 622,2/ Prot 22,1 g/ Lip 17,8 g/ Hcar 78,4 g

**LUNES 12**

 SOPA DE PEPITAS  
 FILETES DE SAJONIA CON  
 PIMIENTOS  
 FRUTA

Kcal 622,5/ Prot 24,4 g / Lip 17g / Hcar 83,4 g

**MARTES 13**

 ARROZ CON TOMATE  
 ESTOFADO DE PAVO CON  
 GUARNICION  
 FRUTA

Kcal 620/ Prot 30,3 / Lip 17, 3 g/ Hcar 78,2 g

**MIÉRCOLES 14**

 LENTEJAS JARDINERA  
 PALOMETA EN SALSA DE TOMATE  
 FRUTA

Kcal 621/ Prot 30,1 g / Lip 18 g / Hcar 74 g

**JUEVES 15**

 PURE DE VERDURAS  
 TORTILLA DE PATATA CON  
 ENSALADA  
 YOGUR

Kcal 560/ Prot 18 g / Lip 20,6 g / Hcar 70,2 g

**VIERNES 16**

 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
 VARITAS DE MERLUZA CON  
 ENSALADA  
 FRUTA

Kcal 665,1/Prot 24,8 g / Lip 25,9g / Hcar 88,2

**LUNES 19**

 LENTEJAS ESTOFADAS  
 MERLUZA EN SALSA VERDE  
 FRUTA

Kcal 620/ Prot 30,3 / Lip 17, 3 g/ Hcar 78,2 g

**MARTES 20**

 MACARRONES CON TOMATE  
 ALBONDIGAS EN SALSA  
 ESPAÑOLA  
 FRUTA

Kcal 622,5/ Prot 24,4 g / Lip 17g / Hcar 83,4 g

**MIÉRCOLES 21**

 CREMA DE ZANAHORIA  
 PECHUGA DE POLLO CON  
 ENSALADA  
 FRUTA

Kcal 560/ Prot 18 g / Lip 20,6 g / Hcar 70,2 g

**JUEVES 22**

 COCIDO  
 COMPLETO  
 YOGUR

Kcal 697, 6 / Prot 26, 6 g / Lip 28,4 g / Hcar 83,9g

**VIERNES 23**

 PATATAS GUIADAS  
 CROQUETAS DE JAMON CON  
 ENSALADA  
 FRUTA

Kcal 661/ Prot 26,9 g / Lip 23,2 g /Hcar 87,3 g

**LUNES 26**

 MACARRONES CON CHORIZO  
 POLLO ASADO CON ZANAHORIA  
 FRUTA

Kcal 624,4/ Prot 25,7g/ Lip 24,1,g/ Hcar 78,1g

**MARTES 27**

 JUDIAS VERDES AJO ARRIERO  
 HAMBURGUESA CON TOMATE  
 FRUTA

Kcal 572,7/ Prot 30,7,g/ Lip 18,1,g/ Hcar 72,2 g

**MIÉRCOLES 28**

 PATATA RIOJANA  
 MERLUZA EN SALSA  
 FRUTA

Kcal 620,4/ Prot 28,6 g / Lip 19,5g / Hcar 76,4g

**JUEVES 29**

 CREMA DE CALABACIN  
 SALCHICHAS CON ENSALADA  
 YOGUR

Kcal 570, 81/ Prot 18 g / Lip 26 g / Hcar 66,2 g

**VIERNES 30**

 ALUBIAS BLANCAS A LA JARDINERA  
 TORTILLA DE PATATA CON  
 ENSALADA  
 FRUTA

Kcal 665,1/Prot 24,8 g / Lip 20,9g / Hcar 80,2 g