

LUNES 30

SOPA DE PEPITAS
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN
SALSA
FRUTA

Kcal 922.4 / Prot 30.1 g/ Lip 30.9 g/ Hcar 129.9 g

MARTES 31

Feliz Año Nuevo

MIÉRCOLES 1

PURÉ DE PATATA
POLLO ASADO CON ZANAHORIA
Y CALABAZA
FRUTA

Kcal 560.4/ Prot 25.6 g/ Lip 17.1 g/ Hcar 81.1 g

JUEVES 2

VIERNES 3

**TRITURADO DE ALUBIAS
BLANCAS**
TORTILLA FRANCESA CON QUESO
YOGURT

Kcal 754.6 / Prot 37.8 g/ Lip 23.4 g/ Hcar 98.1 g

LUNES 6



MARTES 7

PURÉ DE PATATA
LIMANDA EN SALSA DE
GUISANTES
FRUTA

Kcal 544.3/ Prot 22.6/ Lip 11.2g/ Hcar 90.4g

MIÉRCOLES 8

SOPA DE FIDEOS
CROQUETAS DE JAMÓN
FRUTA

Kcal 583.6/ Prot 22.6/ Lip 15.6 g/ Hcar 77.8 g

JUEVES 9

CREMA DE ZANAHORIA
LOMO AL HORNO CON
PIMIENTOS
YOGURT

Kcal 754.6/ Prot 37.8/ Lip 23.41 g/ Hcar 98.1 g

VIERNES 10

TRITURADO DE LENTEJAS
POLLO AL CHILINDRÓN
FRUTA

Kcal 901.3/ Prot 47.2 g/ Lip 29.3 g/ Hcar 112.4 g

LUNES 13

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA A LA ROMANA CON
PATATAS
FRUTA

Kcal 806.2/ Prot 36.2 g/ Lip 23.6 g/ Hcar 112.2 g

MARTES 14

**TRITURADO DE JUDÍAS
VERDES**
POLLO ASADO CON ZANAHORIA
FRUTA

Kcal 480.3/ Prot 21.1/ Lip 16.3 g/ Hcar 62.5 g

MIÉRCOLES 15

CREMA DE CALABACÍN
SALCHICHAS AL HORNO CON
PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 624.3/ Prot 55.9 g/ Lip 15.4 g/ Hcar 65.5 g

JUEVES 16

SOPA DE PEPITAS
TORTILLA DE PATATA CON
QUESO
YOGURT

Kcal 614.2/ Prot 31.4 g/ Lip 7.9 g/ Hcar 104.4 g

VIERNES 17

**TRITURADO DE ALUBIAS
PINTAS**
LOMO ASADO CON CHAMPIÑONES
FRUTA

Kcal 830.2/ Prot 23.3 g/ Lip 44.3 g/ Hcar 82.2 g

LUNES 20

TRITURADO DE LENTEJAS
PECHUGA DE POLLO CON PISTO
FRUTA

Kcal 623.2/ Prot 54.6 g/ Lip 23.6 g/ Hcar 112.2 g

MARTES 21

CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE SAJONIA CON
PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 705.2/ Prot 26.8/ Lip 20.2 g/ Hcar 104.1 g

MIÉRCOLES 22

PURÉ DE PATATA
ALBÓNDIGAS EN SALSA
ESPAÑOLA
FRUTA

Kcal 750.6/ Prot 16.7 g/ Lip 37.6 g/ Hcar 86.7 g

JUEVES 23

SOPA DE LLUVIA
LIMANDA EN SALSA DE CEBOLLA
FRUTA

Kcal 644.9/ Prot 31.7 g/ Lip 13.2 g/ Hcar 95.9 g

VIERNES 24

SOPA DE COCIDO
**TRITURADO DE GARBANZOS
+ MAGRO**
YOGURT

Kcal 754.6 / Prot 37.8 g/ Lip 23.41 g/ Hcar 98.1 g

LUNES 27

CREMA DE ZANAHORIA
MINI HAMBURGUESAS EN SALSA
DE TOMATE
FRUTA

Kcal 922.4/ Prot 30.1 g/ Lip 30.9 g/ Hcar 129.9 g

MARTES 28

**TRITURADO DE ALUBIAS
BLANCAS**
TORTILLA DE PATATA CON
QUESO
FRUTA

Kcal 627.9/ Prot 21.7 g/ Lip 17 g/ Hcar 95.2 g

MIÉRCOLES 29

CREMA DE CALABACÍN
LOMO ADOBADO CON
PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 711.3/ Prot 49.1 g/ Lip 14.6 g/ Hcar 78.5 g

JUEVES 30

TRITURADO DE GARBANZOS
PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE
MOSTAZA CON CHAMPIÑONES
FRUTA

Kcal 563.9/ Prot 28.2 g/ Lip 17.8 g/ Hcar 72.8 g

VIERNES 31

SOPA DE PICADILLO
LIMANDA EN SALSA MARINERA
YOGURT

Kcal 549.6/ Prot 21.5 g/ Lip 12.2 g/ Hcar 74.7 g