

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES 1
VIERNES 2

DÍAS FESTIVOS

LUNES 5
MARTES 6
MIÉRCOLES 7
JUEVES 8
VIERNES 9

MENESTRA
 PECHUGA DE POLLO CON PISTO
 FRUTA

CREMA DE CALABACÍN
 FILETE DE SAJONIA CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

PATATAS GUIADAS
**CONTRAMUSLO A LA
 PROVENZAL**
 FRUTA

**ESPAGUETIS CON TOMATE
 (CELIACO)**
 MERLUZA EN SALSA DE CEBOLLA
 FRUTA

SOPA DE PASTA (CELIACO)
 FILETE DE PAVO CON
 VERDURITAS
 YOGURT

Kcal 623,2 /Prot 54,6 g/ Lip 11,2 g/ Hcar 76,1 g

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

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

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

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

LUNES 12
MARTES 13
MIÉRCOLES 14
JUEVES 15
VIERNES 16

CREMA DE ZANAHORIA
 MINI HAMBURGUESAS EN SALSA
 DE TOMATE
 FRUTA

FESTIVO

ARROZ CON HUEVO Y TOMATE
 LOMO ADOBADO CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

PATATAS RIOJANA
 MERLUZA A LA VASCA
 FRUTA

JUDÍAS VERDES AJO ARRIERO
 PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE
 MOSTAZA CON CHAMPIÑONES
 YOGURT

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

Kcal 711.3 /Prot 41.6 g / Lip 15.3 g / Hcar 101.1 g

Kcal 563. 9/ Prot 28.2 g/ Lip 17.8 g/ Hcar 72.8 g

Kcal 549.6 / Prot 21.5 g / Lip 18.2 g / Hcar 74.7 g

LUNES 19
MARTES 20
MIÉRCOLES 21
JUEVES 22
VIERNES 23

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA EN SALSA VERDE
 FRUTA

**MACARRONES CON TOMATE
 (CELIACO)**
 ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE
 SETAS
 FRUTA

GARBANZOS GUIADOS
 LOMO ASADO EN SALSA DE
 MELOCOTÓN
 FRUTA

PATATAS VIUDAS
 POLLO ASADO CON ZANAHORIA
 FRUTA

ALUBIAS BLANCAS JARDINERA
 TORTILLA FRANCESA CON
 QUESO
 YOGURT

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

Kcal 739,6 /Prot 46,3 g/ Lip 18 g/ Hcar 97 g

Kcal 641.3 /Prot 46.3 g/ Lip 14.6 g/ Hcar 78.5 g

Kcal 560.4 /Prot 25.9 g/ Lip 17.1 g/ Hcar 81.1 g

Kcal 612.7 /Prot 33.7 g/ Lip 12.8 g/ Hcar 90.5 g

LUNES 26
MARTES 27
MIÉRCOLES 28
JUEVES 29
VIERNES 30

**JUDÍAS VERDES CON
 ZANAHORIA**
POLLO CON CHAMPIÑONES
 FRUTA

ARROZ A LA ZAMORANA
 MERLUZA EN SALSA DE
 GUISANTES
 FRUTA

PATATAS GUIADAS
 LOMO AL HORNO CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

SOPA DE COCIDO (CELIACO)
 GARBANZOS CON CARNE Y
 CHORIZO
 YOGURT

CREMA DE CALABACÍN
 POLLO AL CHILINDRÓN
 FRUTA

Kcal 725.5 /Prot 36.2 g/ Lip 23.6 g/ Hcar 112.2 g

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

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

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

Kcal 901. 3 /Prot 47.2 g /Lip 29.3 g / Hcar 112.4 g