



LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES								
3	Kcal	838	HC	128	4	Kcal	762	HC	105	5	Kcal	645	HC	76	6	Kcal	677	HC	88	7	Kcal	765	HC	123
	Lip	30	Prot	23		Lip	27	Prot	42		Lip	29	Prot	24		Lip	17	Prot	45		Lip	15	Prot	31
Caracollillos con tomate Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca				Garbanzos con calabaza local Medallón de bonito en salsa con ensalada Yogur				Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Patatas con verduras Bacalao en salsa marinera Fruta fresca				Lentejas con arroz integral Menestra de verduras Fruta fresca								
10	Kcal	662	HC	64	11	Kcal	774	HC	119	12	Kcal	762	HC	89	13	Kcal	454	HC	74	14	Kcal	765	HC	95
	Lip	31	Prot	28		Lip	21	Prot	31		Lip	31	Prot	36		Lip	13	Prot	12		Lip	26	Prot	41
Vainas con patatas Huevos fritos con ensalada Fruta fresca				Paella vegetal Bacalao al horno con pimientos rojos Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca				Crema de calabaza local Atun al horno Helado				Garbanzos con verduras Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca								
17	Kcal	764	HC	109	18	Kcal	561	HC	80	19	Kcal	705	HC	109	20	Kcal	722	HC	71	21	Kcal	750	HC	110
	Lip	29	Prot	23		Lip	15	Prot	29		Lip	15	Prot	33		Lip	37	Prot	28		Lip	20	Prot	36
Ensalada de arroz Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca				Crema de puerros y espinacas con picatostes Merluza al horno con guarnición Yogur bebible				Lentejas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Sopa de verduras Revuelto de champiñones Fruta fresca				Macarrones integrales con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca								
24	Kcal	841	HC	96	25	Kcal	706	HC	95	26	Kcal	766	HC	94	27	Kcal	563	HC	56	28	Kcal	692	HC	113
	Lip	37	Prot	36		Lip	20	Prot	41		Lip	30	Prot	35		Lip	25	Prot	25		Lip	13	Prot	35
Cuscus con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Crema de verduras locales Atun en salsa de tomate Fruta fresca				Alubias blancas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Menestra de verduras Tortilla 3 vegetales Quesitos la vaca que rie				Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca								
31	Kcal	843	HC	109																				
	Lip	31	Prot	33																				
Lentejas con verduras locales Revuelto de champiñones Fruta fresca																								

