



LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES								
<b>3</b>	Kcal	838	HC	128	<b>4</b>	Kcal	762	HC	105	<b>5</b>	Kcal	645	HC	76	<b>6</b>	Kcal	677	HC	88	<b>7</b>	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								
<b>10</b>	Kcal	589	HC	66	<b>11</b>	Kcal	783	HC	122	<b>12</b>	Kcal	762	HC	89	<b>13</b>	Kcal	679	HC	82	<b>14</b>	Kcal	765	HC	95
	Lip	20	Prot	32		Lip	19	Prot	37		Lip	31	Prot	36		Lip	23	Prot	39		Lip	26	Prot	41
Vainas con patatas Alitas de pollo con ensalada Fruta fresca				Paella vegetal Filete de ternera a la plancha a la jardinera Fruta fresca				Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca				Crema de calabaza local Pechuga de pollo con patatas fritas Helado				Garbanzos con verduras Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca								
<b>17</b>	Kcal	764	HC	109	<b>18</b>	Kcal	561	HC	80	<b>19</b>	Kcal	705	HC	109	<b>20</b>	Kcal	759	HC	71	<b>21</b>	Kcal	750	HC	110
	Lip	29	Prot	23		Lip	15	Prot	29		Lip	15	Prot	33		Lip	39	Prot	33		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 ave con fideos Hamburguesa con champiñones Fruta fresca				Macarrones integrales con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca								
<b>24</b>	Kcal	841	HC	96	<b>25</b>	Kcal	775	HC	70	<b>26</b>	Kcal	766	HC	94	<b>27</b>	Kcal	665	HC	56	<b>28</b>	Kcal	692	HC	113
	Lip	37	Prot	36		Lip	44	Prot	27		Lip	30	Prot	35		Lip	22	Prot	57		Lip	13	Prot	35
Cuscus con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca				Crema de verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca				Alubias blancas con verduras Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca				Menestra de verduras Muslo de pollo a la jardinera Quesitos la vaca que rie				Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca								
<b>31</b>	Kcal	727	HC	112																				
	Lip	13	Prot	41																				
Lentejas con verduras locales Pavo guisado con champiñones Fruta fresca																								