

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

28

Crema de puerros  
Tortilla de patatas con  
cebollas con porción de  
quesitos  
Manzana

**Pan ecológico** y agua

20,53 gr prot-24,31 gr líp-  
80,51 gr HC-621,50 Kcal

29

Espirales con tomate  
Cazón frito con ensalada  
de lechuga, zanahoria,  
maíz y pepino  
Pera

**Pan ecológico** y agua

23,54 gr prot-26,57 gr líp-  
86,75 gr HC-652,12 Kcal

30

Potaje de garbanzos  
vegetal

Pizza  
Mandarinas

**Pan ecológico** y agua

23,58 gr prot-20,75 gr líp-  
97,61 gr HC-659,65 Kcal

31

Ensalada con lechuga,  
tomate, zanahoria, maíz,  
pepino y aceitunas  
Arroz con rape, calamares  
y gambas  
Yogurt

**Pan ecológico** y agua

26,12 gr prot-20,31 gr líp-  
98,22 gr HC-642,56Kcal

1

Sopa de verduras con  
judías pintas  
Hamburguesa de pollo con  
ensalada de tomate  
Fresas

**Pan ecológico** y agua

26,88 gr prot-21,52 gr líp-  
80,90 gr HC-610,80 Kcal

4

Crema de calabaza,  
zanahoria, tomate y queso  
Merluza al horno con judías  
verdes y patatas cocidas  
Pera

**Pan ecológico** y agua

22,67 gr prot-23,75 gr líp-  
82,16 gr HC-621,70 Kcal

5

Puchero  
Tortilla francesa con  
ensalada de tomate  
Plátano

**Pan ecológico** y agua

26,16 gr prot-19,85 gr líp-  
86,39 gr HC-621,15 Kcal

6

Arroz con tomate  
Pinchitos de pollo con  
ensalada con maíz,  
zanahoria y pepino  
Manzana

**Pan ecológico** y agua

24,93 gr prot-23,29 gr líp-  
82,29 gr HC-619,70 Kcal

7

Potaje de judías vegetal

Calamares fritos con  
patatas al horno  
Fresas

**Pan ecológico** y agua

26,25 gr prot-21,80 gr líp-  
87,97 gr HC-638,95 Kcal

8

Ensalada con lechuga,  
tomate, zanahoria, maíz,  
pepino y aceitunas  
Espaguetis con huevo y  
bacón  
Yogurt

**Pan ecológico** y agua

20,68 gr prot-26,14 gr líp-  
83,05 gr HC-621,50 Kcal

11

Puré de lentejas  
Bonito con tomate con  
arroz cocido  
Manzana

**Pan ecológico** y agua

25,57 gr prot-25,98 gr líp-  
91,56 gr HC-662,25 Kcal

12

Sopa de verduras con  
picatostes  
Tortilla de calabacín y  
patata con ensalada de  
tomate  
Fresas

**Pan ecológico** y agua

20,55 gr prot-23,52 gr líp-  
81,48 gr HC-610,50 Kcal

13

Ensalada con lechuga,  
tomate, zanahoria, maíz,  
pepino y aceitunas  
Macarrones con ternera,  
tomate y queso  
Pera

**Pan ecológico** y agua

26,81 gr prot-23,67 gr líp-  
80,02 gr HC-602,92 Kcal

14

Cazuela de arroz con pollo  
y almendras  
Fritura de verduras  
Yogurt

**Pan ecológico** y agua

17,80 gr prot-24,22 gr líp-  
95,58 gr HC-637,74 Kcal

15

Crema de guisantes con  
quesitos  
Bacalao con patata cocida  
y naranja  
Plátano

**Pan ecológico** y agua

26,88 gr prot-21,36 gr líp-  
88,19 gr HC-655,98 Kcal

19

20

21

22

23

26

Crema de calabacín y  
puerros  
Carne mechada con  
patatas al horno  
Plátano

**Pan ecológico** y agua

23,80 gr prot-26,88 gr líp-  
91,25 gr HC-674,69 Kcal

27

Ensalada con lechuga,  
tomate, zanahoria, maíz,  
pepino y aceitunas  
Coditos con atún, tomate y  
queso  
Yogurt

**Pan ecológico** y agua

24,79 gr prot-23,91 gr líp-  
96,04 gr HC-669,75 Kcal

28

Potaje de garbanzos  
Rosada al horno con  
ensalada con maíz,  
zanahoria y pepino  
Pera

**Pan ecológico** y agua

26,21 gr prot-23,69 gr líp-  
81,88 gr HC-613,60 Kcal

29

Arroz con rape, calamares  
y gambas  
Porción de quesitos con  
verduras braseadas  
Manzana

**Pan ecológico** y agua

24,21 gr prot-22,48 gr líp-  
96,74 gr HC-637,91Kcal

30

Lentejas con chorizo  
Tortilla de patatas con  
cebolla y ensalada de  
tomate  
Fresas con zumo de  
naranja ecológico

**Pan ecológico** y agua

23,54 gr prot-27,72 gr líp-  
80,51 gr HC-641,93 Kcal