

ALÉRGENOS
 1_Gluten
 2_Crustáceos
 3_Huevo
 4_Pescado
 5_Cacahuete
 6_Soja
 7_Leche y derivados
 8_Frutos Secos
 9-Apio
 10_Mostaza
 11_Sésamo
 12_Sulfitos
 13_Altramucos
 14_Moluscos

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
31		1	2	3	4
		Alubias Blancas Guisadas Ragout de Pollo Calabaza Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Arroz con Tomate Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Judías Verdes Salteadas Pan Fruta de Temporada	Lentejas con Verduras Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Crema de Zanahoria Palometa al Horno en Salsa de Adobo Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada
		Kcal: 712 Lip: 29,09 Prot: 31,41 HC: 71,18	Kcal: 707 Lip: 27,88 Prot: 23,26 HC: 91,60	Kcal: 659 Lip: 29,38 Prot: 38,46 HC: 63,62	Kcal: 595,15 Lip: 20,52 Prot: 26,17 HC: 71,72
7	Arroz con Verduras Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	8	9	10	11
		Garbanzos Estofados Rotti de Pavo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Espirales Napolitana Salmón al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	Crema de Verduras Hamburguesa con Cebolla al Horno Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Alubias Blancas con Chorizo Tortilla de Patatas con Calabacín Coliflor Ajoarriero Pan Fruta de Temporada
	Kcal: 644 Lip: 20,37 Prot: 32,84 HC: 77,73	Kcal: 662 Lip: 30,96 Prot: 27,52 HC: 69,93	Kcal: 678 Lip: 25,21 Prot: 29,34 HC: 79,57	Kcal: 719 Lip: 28,35 Prot: 27,50 HC: 92,71	Kcal: 654,05 Lip: 29,33 Prot: 24,26 HC: 76,28
14	Crema Vichyssoise Magro de Cerdo Patatitas al Horno Pan Fruta de Temporada	15	16	17	18
		Potaje de Lentejas con Calabaza Jurel al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Coditos Gratinados Tortilla de Patata Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	Alubias Blancas Guisadas Pollo Asado Calabacín Pan Integral Fruta de Temporada Yogur	Arroz con Tomate Croquetas de Bacalao Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada
	Kcal: 544 Lip: 21,85 Prot: 23,30 HC: 64,30	Kcal: 524 Lip: 19,06 Prot: 32,37 HC: 59,05	Kcal: 767 Lip: 30,15 Prot: 22,03 HC: 99,18	Kcal: 661 Lip: 29,81 Prot: 34,69 HC: 66,87	Kcal: 879,65 Lip: 37,00 Prot: 17,52 HC: 118,04