

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				01 Festivo
04 Lentejas con patatas Meluza al horno con ajo y perejil Tomate aliñado Pan Fruta de temporada 479,3Kcal - Prot:23,8g - Lip:11,4g - HC:63,0g AGS:1,9g - Azúcares:15,5g - Sal:1,6g	05 Arroz con salsa de tomate Salchichas de pollo con verduritas Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta de temporada/ Yogurt 769,3Kcal - Prot:20,8g - Lip:24,4g - HC:117,3,0g AGS:4g - Azúcares:27,5g - Sal:3,6g	06 Crema de calabaza Abadejo al horno en salsa verde con guisantes Pan Fruta de temporada 501,4Kcal - Prot:10,2g - Lip:20,0g - HC:70,5g AGS:3,3g - Azúcares:16,5g - Sal:2,0g	07 Alubias con patatas Jamoncitos de pollo al limón Ensalada de tomate Pan Fruta de temporada/ Yogurt 713,1Kcal - Prot:41,8g - Lip:25,3g - HC:73,0g AGS:7,1g - Azúcares:26,5g - Sal:2,1g	08 Sopa de ave con lluvia Tortilla de patatas con calabacín Ensalada de lechuga y tomate Pan integral Fruta de temporada 571,1Kcal - Prot:21,5g - Lip:19,3g - HC:71,4g AGS:3,6g - Azúcares:16,5g - Sal:3,5g
11 Espirales con chorizo Skipper de bacalao Ensalada de lechuga y zanahoria Pan Fruta de temporada 745,3Kcal - Prot:23,8g - Lip:30,4g - HC:91,0g AGS:6,6g - Azúcares:16,5g - Sal:1,6g	12 Ensalada mixta completa Garbanzos estofados Pan Fruta de temporada/ Yogurt 677,4Kcal - Prot:33,2g - Lip:26,9g - HC:72,2g AGS:6,9g - Azúcares:22,9g - Sal1,8g	13 Paella de verduras Cinta de lomo adobado a la plancha Menestra de verduras salteadas Pan Fruta de temporada 655,9Kcal - Prot:31,1g - Lip:18,8g - HC:87,6g AGS:4,4g - Azúcares:18,1g - Sal:1,9g	14 Lentejas con verduras Filetes de merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Pan Fruta de temporada/ Yogurt ,546,1Kcal - Prot:31,3g - Lip:15,2g - HC:67,5g AGS:4,4g - Azúcares:21,6g - Sal 2,0g	15 Sopa maravilla Hamburguesa al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan integral Fruta de temporada 467,4Kcal - Prot:24,1g - Lip:13,2g - HC:56,8g AGS:3,5g - Azúcares:15,3g - Sal:1,4g
18 Sopa de ave con arroz Cordón bleu de pavo Ensalada de tomate Pan Fruta de temporada 685,5Kcal - Prot:22,1,3g - Lip:31,2g - HC:77,6g AGS:7,0g - Azúcares:16,5g - Sal:2,3g	19 Crema de verduras y hortalizas Albóndigas en salsa española Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta de temporada/ Yogurt 732,5Kcal - Prot:28,9g - Lip:39,1g - HC:62,0g AGS:4,2g - Azúcares:26,6g - Sal:2,1g	20 Alubias con verduras Tortilla de patatas y espinacas Ensalada de lechuga y tomate Pan Fruta de temporada 593,5Kcal - Prot:20,3g - Lip:15,6g - HC:67,6g AGS:4,4g - Azúcares:21,6g - Sal:1,8g	21 Macarrones con tomate Abadejo al horno en salsa Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta de temporada/ Yogurt 769,3Kcal - Prot:20,8g - Lip:24,4g - HC:117,3,0g AGS:4g - Azúcares:27,5g - Sal:3,6g	22 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo a las finas hierbas Ensalada de tomate Pan integral Fruta de temporada 710Kcal - Prot:38,3g - Lip:26,6g - HC:72,6g AGS:6,4g - Azúcares:14,6g - Sal:1,8g
25 NO LECTIVO	26 Garbanzos estofados Flamenquín de pollo Ensalada de tomate Pan Fruta de temporada/ Yogurt 667,1Kcal - Prot:17,1g - Lip:24,1g - HC:91,6g AGS:5,4g - Azúcares:34,9g - Sal:3,9g	27 Arroz con salchichas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Pan Fruta de temporada 609,2Kcal - Prot:23,7g - Lip:20,5g - HC:85,4g AGS:4,6g - Azúcares:15,5g - Sal:2,3g	28 Sopa de fideos Hamburguesa de ave a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta de temporada/ Yogurt 574,2Kcal - Prot:30,4g - Lip:17,2g - HC:70,5g AGS:6,0g - Azúcares:22,8g - Sal:1,6g	29 Crema de zanahoria Abadejo en salsa con zanahoria Pan integral Fruta de temporada 568,2Kcal - Prot:18,6g - Lip:22,0g - HC:66,9g AGS:2,6g - Azúcares:17,4g - Sal:2,0g