

- ALÉRGENOS
- 1-Gluten
 - 2-Crustáceo
 - 3-Huevo
 - 4-Pescado
 - 5-Cacahuete
 - 6-Soja
 - 7-PLV
 - 8-Frutos Secos
 - 9-Apio
 - 10-Mostaza
 - 11-Sesamo
 - 12-Sulfitos
 - 13-Altramuces
 - 14-Moluscos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Crema de Zanahoria Albóndigas al Horno en Salsa Provenzal 1-2T-3T-4T-6-7T-9T-10T-12T-14T Arroz Pilaf Pan 1 Fruta de Temporada	4 Ensalada 4 Estaciones 12 Cocido Completo 1T-6-6T-7T Pan 1 Fruta de Temporada	5 Paella de Verduras Abadejo a Las Finas Hierbas 4 Ensalada de Lechuga y Tomate 12 Pan Integral 1 Fruta de Temporada Yogur 7	6 Potaje de Judías Blancas Tortilla de Patata 3 Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12 Pan 1 Fruta de Temporada	7 Coditos con Tomate 1-3T Merluza al Horno al Limón 4 Menestra Salteada Pan 1 Fruta de Temporada
Kcal: 765 Lip: 33,40 Prot: 19,28 HC: 98,44 Cena: Pasta + Pescado + Fruta	Kcal: 648 Lip: 22,51 Prot: 34,17 HC: 80,37 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Kcal: 667 Lip: 26,25 Prot: 26,73 HC: 86,57 Cena: Ensalada + Carne + Fruta	Kcal: 580 Lip: 21,38 Prot: 18,92 HC: 77,63 Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Kcal:691,17 Lip:31,82 Prot:20,38 HC:79,25 Cena: Arroz + Verdura + Fruta
10 Arroz con Tomate Pollo Marinado 12 Ensalada de Lechuga y Zanahoria 12 Pan 1 Fruta de Temporada	11 Lentejas con Verduras Abadejo al Horno al Ajillo 4 Menestra Salteada Pan 1 Fruta de Temporada	12 Alubias Estofadas Tortilla Francesa 3 Ensalada de Lechuga y Maíz 12 Pan Integral 1 Fruta de Temporada Yogur 7	13 Macarrones con Tomate 1-3T Marrajo al Horno Encebollado 2T-4-14T Ensalada de Lechuga y Tomate 12 Pan 1 Fruta de Temporada	14 Crema de Verduras Nuggets de Pollo 1-3-6-7 Arroz Pilaf Pan 1 Fruta de Temporada
Kcal: 665 Lip: 24,14 Prot: 23,97 HC: 89,97 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Kcal: 629 Lip: 32,15 Prot: 25,41 HC: 60,59 Cena: Arroz + Verdura + Fruta	Kcal: 614 Lip: 29,92 Prot: 22,80 HC: 65,18 Cena: Ensalada + Ave + Fruta	Kcal: 674 Lip: 26,43 Prot: 27,80 HC: 80,17 Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Kcal:723,27 Lip:28,88 Prot:22,39 HC:96,63 Cena: Pasta + Pescado + Fruta
17 Coditos con Salsa Provenzal 1-3T Marrajo al Horno en Salsa de Adobo 2T-4-14T Menestra Salteada Pan 1 Fruta de Temporada	18 Lentejas con Verduras Tortilla de Patata 3 Ensalada de Lechuga y Tomate 12 Pan 1 Fruta de Temporada	19 Crema de Zanahoria Merluza al Horno 4 Arroz Pilaf Pan Integral 1 Fruta de Temporada Yogur 7	20 Ensalada 4 Estaciones 12 Cocido Completo 1T-6-6T-7T Pan 1 Fruta de Temporada	21 Arroz con Tomate Hamburguesa con Cebolla al Horno 6 Ensalada de Lechuga y Maíz 12 Pan 1 Postre Especial 7
Kcal: 715 Lip: 30,85 Prot: 27,67 HC: 79,64 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 624 Lip: 26,22 Prot: 19,44 HC: 76,98 Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	Kcal: 603 Lip: 21,90 Prot: 22,25 HC: 84,19 Cena: Pasta + Ave + Fruta	Kcal: 648 Lip: 22,51 Prot: 34,17 HC: 80,37 Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo	Kcal:766,28 Lip:29,84 Prot:26,47 HC:100,59 Cena: Verdura + Huevo + Fruta