

529 Kcal Lunes 5			461 Kcal Martes 6			694 kcal Miércoles 7			625 Kcal Jueves 1			606 Kcal Viernes 2		
Espaguetis con tomate y bacón 🍷			Patatas guisadas con repollo y verdura			Paella valenciana			Sopa de pescado 🍷			Garbanzos estofados con verduras		
Lomo a la plancha			Merluza a la romana 🍷🍷			Albóndigas a la jardinera 🍷			Tortilla de jamón york 🍷			Lomos de merluza 🍷		
Patatas fritas			Ensalada de lechuga			Patatas fritas			Tomate aliñado			Ensalada de lechuga		
Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷		
516 Kcal Lunes 12			588 Kcal Martes 13			612 Kcal Miércoles 14			483 Kcal Jueves 8			566 Kcal Viernes 9		
Sopa de ave con fideos 🍷			Arroz con tomate frito			Patatas con carne			Puré de verduras			Lentejas estofadas con chorizo		
Croquetas caseras de merluza 🍷🍷🍷			Huevo frito 🍷			Filete de bacaladilla a la romana 🍷🍷			Pollo asado			Tortilla de calabacín 🍷		
Ensalada de lechuga y tomate			Salchichas de Frankfurt			Ensalada de lechuga			Ensalada de lechuga			Ensalada de lechuga		
Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷		
616 Kcal Lunes 19			621 Kcal Martes 20			581 kcal Miércoles 21			522 Kcal Jueves 22			601 Kcal Viernes 23		
Pasta tricolor con salsa napolitana 🍷			Patatas con chorizo y riojana			Puré de zanahorias y calabaza			Arroz con pollo			Lentejas estofadas con chorizo		
Lomo adobado			Empanadillas de atún 🍷🍷			Escalope de pollo 🍷🍷			Pescado en salsa verde 🍷			Tortilla de patatas 🍷		
Patatas fritas			Ensalada de lechuga			Ensalada de lechuga y tomate			Ensalada de lechuga			Ensalada de lechuga		
Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷		
611 Kcal Lunes 26			577 Kcal Martes 27			601 Kcal Miércoles 28			625 Kcal Jueves 29			606 Kcal Viernes 30		
Macarrones a la boloñesa 🍷			Patatas guisadas con choco			Crema de puerros y calabacín			Sopa de pescado 🍷			Garbanzos estofados con verduras		
Varitas de merluza 🍷🍷🍷			Alitas de pollo			Lomo al horno con patatas panaderas			Tortilla de jamón york 🍷			Lomos de merluza 🍷		
Ensalada de lechuga			Patatas fritas			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Tomate aliñado			Ensalada de lechuga		
Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷			Fruta del tiempo / yogur 🍷		

No se incluyen las calorías del postre diario.

