

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

04

05

06

07

08

ARROZ BLANCO CON TOMATE
CROQUETAS DE PESCADO
LECHUGA Y MAIZ
YOGUR FRESA
728,83 Kcal - HC: 78,27 g - G: 35,86 g - Pr:
23,27 g

11

12

13

14

15

ENSALADA DE PASTA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
LECHUGA Y ZANAHORIA
MELOCOTON EN ALMIBAR
693,29 Kcal - HC: 80,52 g - G: 28,90 g - Pr:
27,01 g

CREMA DE CALABAZA
LOMO DE CERDO A LA PLANCHA
PATATA AL HORNO
SANDIA
541,83 Kcal - HC: 52,92 g - G: 25,53 g - Pr:
27,24 g

JUDIAS PINTAS ESTOFADAS CON VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA
TOMATE RODAJA
PLATANO
759,95 Kcal - HC: 69,80 g - G: 40,26 g - Pr:
29,76 g

PAELLA DE VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA
LECHUGA Y ZANAHORIA
MELÓN
610,91 Kcal - HC: 78,64 g - G: 20,63 g - Pr:
23,02 g

SOPA DE ESTRELLITAS
BACALAO EMPANADO
LECHUGA Y MAIZ
YOGUR
549,60 Kcal - HC: 67,55 g - G: 18,09 g - Pr:
29,20 g

18

19

20

21

22

MACARRONES AL GRATEN
ESCALOPE DE MERLUZA
ENSALADA VERDE
SANDIA
621,42 Kcal - HC: 75,42 g - G: 21,38 g - Pr:
32,07 g

CREMA DE CALABACIN
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
TOMATE RODAJA
MANZANA
544,97 Kcal - HC: 41,36 g - G: 31,37 g - Pr:
24,50 g

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
YOGUR MACEDONIA
700,27 Kcal - HC: 90,41 g - G: 20,13 g - Pr:
35,27 g

ARROZ CON POLLO
FILETE DE LIMANDA EN SALSA
PLATANO
563,70 Kcal - HC: 86,03 g - G: 12,20 g - Pr:
27,52 g

LENTEJAS A LA HORTELANA
HUEVOS VILLARROY
ENSALADA CON MAIZ
MELÓN
682,91 Kcal - HC: 56,33 g - G: 36,73 g - Pr:
31,82 g

25

26

27

28

29

CODITOS CON CHAMPIÑONES
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES SALTEADOS
MANZANA
590,32 Kcal - HC: 80,50 g - G: 18,61 g - Pr:
25,29 g

GARBANZOS ESTOFADOS
LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO
LECHUGA Y ZANAHORIA
SANDIA
547,42 Kcal - HC: 55,78 g - G: 25,86 g - Pr:
22,99 g

SOPA DE PICADILLO
TORTILLA DE PATATA
ENSALADA VERDE
MELOCOTON EN ALMIBAR
741,78 Kcal - HC: 63,25 g - G: 44,56 g - Pr:
22,02 g

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN
POLLO AL LIMÓN
CON PATATAS FRITAS
MELON
963,36 Kcal - HC: 96,54 g - G: 54,96 g - Pr:
20,60 g

ARROZ CON HORTALIZAS
RABAS DE CALAMAR A LA ROMANA
TOMATE RODAJA
YOGURT FRESA
713,91 Kcal - HC: 92,81 g - G: 26,50 g - Pr:
26,23 g