

LUNES	MARTES	MIERCOLES	DÍA 1	JUEVES	DÍA 2	VIERNES	DÍA 3
				Arroz abanda		Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla y tocino)	
			FIESTA	Huevos fritos con patatas		Buchones de bacalao con ensalada	
				Fruta		Fruta	
				Kcal 587 P 25 L 30 HC 59 Ca 83 Fe 4		Kcal 672 P 43 L 28 HC 64 Ca 144 Fe 8	

LUNES	DÍA 6	MARTES	DÍA 7	MIERCOLES	DÍA 8	JUEVES	DÍA 9	VIERNES	DÍA 10
Macarrones italiana		Judías blancas (sin chorizo, morcilla y tocino)		Sopa Juliana				Puré de zanahorias	
Lomo ibérico con ensalada		Perca a la bilbaína con ensalada		Filete de pollo a la plancha con ensalada		FIESTA		Filete de ternera con ensalada	
Fruta		Fruta		Fruta				Fruta	
Kcal 633 P 46 L 30 HC 53 Ca 94 Fe 6		Kcal 670 P 42 L 28 HC 64 Ca 180 Fe 7		Kcal 584 P 27 L 8 HC 27 Ca 107 Fe 4				Kcal 565 P 26 L 9 HC 49 Ca 110 Fe 4	

LUNES	DÍA 13	MARTES	DÍA 14	MIERCOLES	DÍA 15	JUEVES	DÍA 16	VIERNES	DÍA 17
Coditos con tomate		Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla y tocino)		Crema de calabacín		Patatas con costillas		Sopa de cocido	
Merluza a la romana con ensalada		Ragout de ternera con ensalada		Jamonicitos de pollo con guarnición		Calamares andaluza con ensalada		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla y tocino)	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
Kcal 610 P 42 L 27 HC 51 Ca 134 Fe 5		Kcal 701 P 48 L 29 HC 62 Ca 144 Fe 10		Kcal 606 P 27 L 19 HC 61 Ca 105 Fe 5		Kcal 658 P 31 L 44 HC 36 Ca 84 Fe 6		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	

LUNES	DÍA 20	MARTES	DÍA 21	MIERCOLES	DÍA 22	JUEVES	DÍA 23	VIERNES	DÍA 24
Espaguetis italiana		Arroz con tomate		Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla y tocino)		Sopa de verduras		Puré de calabaza	
Filete de ternera con ensalada		Huevos fritos con patatas		Limanda a la romana con ensalada		Filete de pollo con ensalada		Tortilla francesa con ensalada	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
Kcal 623 P 46 L 25 HC 53 Ca 98 Fe 6		Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5		Kcal 521 P 35 L 18 HC 56 Ca 129 Fe 7		Kcal 584 P 27 L 8 HC 27 Ca 107 Fe 4		Kcal 549 P 18 L 17 HC 34 Ca 121 Fe 4	

LUNES	DÍA 27	MARTES	DÍA 28	MIERCOLES	DÍA 29	JUEVES	DÍA 30	VIERNES
Macarrones con bonito		Judías blancas (sin chorizo, morcilla y tocino)		Puré de zanahoria		Sopa de cocido		
Merluza a la gallega con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Filete de pollo a la plancha con ensalada		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla y tocino)		
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		
Kcal 723 P 49 L 25 HC 75 Ca 182 Fe 6		Kcal 525 P 37 L 19 HC 51 Ca 163 Fe 7		Kcal 566 P 27 L 8 HC 49 Ca 112 Fe 4		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		