

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 7
-------	--------	-----------	--------	---------	-------

Arroz blanco con tomate

Jamón asado en su jugo con guarnición

Fruta

Kcal 765 P 45 L 47 HC 44 Ca 174 Fe 7

LUNES	DÍA 10	MARTES	DÍA 11	MIÉRCOLES	DÍA 12	JUEVES	DÍA 13	VIERNES	DÍA 14
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Macarrones napolitana

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Patatas con costillas

Arroz abanda

Crema de verduras

Lomo ibérico con ensalada

Filete de pollo con ensalada

Ternera asada a la jardinera con ensalada

Merluza a la plancha con ensalada

Tortilla de patatas con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Kcal 726 P 53 L 41 HC 62 Ca 113 Fe 7

Kcal 650 P 40 L 19 HC 56 Ca 115 Fe 7

Kcal 755 P 43 L 47 HC 44 Ca 131 Fe 6

Kcal 610 P 26 L 15 HC 46 Ca 67 Fe 2

Kcal 717 P 23 L 22 HC 60 Ca 253 Fe 8

LUNES	DÍA 17	MARTES	DÍA 18	MIÉRCOLES	DÍA 19	JUEVES	DÍA 20	VIERNES	DÍA 21
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Ensalada italiana

Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Crema de calabaza

Sopa de verduras

Judías verdes rehogadas

Pechuga de pollo con ensalada

Lomo a la plancha con ensalada

Huevos bellavista con ensalada

Filete de ternera con ensalada

Limanda a la plancha con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Kcal 795 P 55 L 36 HC 64 Ca 127 Fe 7

Kcal 666 P 37 L 24 HC 51 Ca 158 Fe 7

Kcal 730 P 28 L 20 HC 36 Ca 119 Fe 4

Kcal 582 P 25 L 9 HC 27 Ca 106 Fe 4

Kcal 622 P 27 L 13 HC 25 Ca 136 Fe 3

LUNES	DÍA 24	MARTES	DÍA 25	MIÉRCOLES	DÍA 26	JUEVES	DÍA 27	VIERNES	DÍA 28
-------	--------	--------	--------	-----------	--------	--------	--------	---------	--------

Arroz blanco con tomate

Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla, tocino)

Crema hortelana

Sopa de cocido

Coditos napolitana

Huevos fritos con patatas

Bonito con tomate con ensalada

Filete de ternera con ensalada

Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)

Ragout de ternera con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Kcal 693 P 42 L 37 HC 51 Ca 124 Fe 7

Kcal 793 P 47 L 41 HC 60 Ca 144 Fe 9

Kcal 529 P 26 L 9 HC 39 Ca 189 Fe 7

Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11

Kcal 775 P 56 L 35 HC 59 Ca 128 Fe 9

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------