

LUNES	DÍA 1	MARTES	DÍA 2	MIÉRCOLES	DÍA 3	JUEVES	DÍA 4	VIERNES	DÍA 5
Macarrones con tomate	Menestra de verduras			Marmitako		Paella valenciana		Crema hortelana	
Lacón a la gallega con guarnición	Filete de ternera con ensalada			Pechuga de pollo con ensalada		Salmón a la marinera con ensalada		Tortilla española con ensalada	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo			Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 717 P 40 L 45 HC 88 Ca 138 Fe 6	Kcal 531 P 27 L 35 HC 29 Ca 106 Fe 3			Kcal 726 P 62 L 34 HC 45 Ca 85 Fe 6		Kcal 776 P 56 L 36 HC 61 Ca 218 Fe 16		Kcal 717 P 23 L 22 HC 60 Ca 253 Fe 8	

LUNES	DÍA 8	MARTES	DÍA 9	MIÉRCOLES	DÍA 10	JUEVES	DÍA 11	VIERNES	DÍA 12
Espaguetis boloñesa	Crema de verduras			Puré de zanahorias		Sopa de cocido (sin garbanzos)			
Lomo ibérico con ensalada	Jamoncitos de pollo al horno con ensalada			Merluza a la romana con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		FIESTA	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo			Fruta – lácteo		Fruta – lácteo			
Kcal 733 P 53 L 41 HC 64 Ca 122 Fe 7	Kcal 578 P 28 L 15 HC 63 Ca 198 Fe 7			Kcal 692 P 30 L 18 HC 57 Ca 153 Fe 5		Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 7			

LUNES	DÍA 15	MARTES	DÍA 16	MIÉRCOLES	DÍA 17	JUEVES	DÍA 18	VIERNES	DÍA 19
Arroz blanco con tomate	Patatas con costillas			Crema hortelana		Fideua		Sopa de puchero	
Huevos fritos con salchichas	Pechuga de pollo con ensalada			Ragout de ternera con ensalada		Buchones de bacalao con ensalada		Lasaña al horno	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo			Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5	Kcal 806 P 49 L 52 HC 39 Ca 111 Fe 5			Kcal 582 P 36 L 19 HC 45 Ca 219 Fe 9		Kcal 801 P 63 L 33 HC 62 Ca 265 Fe 17		Kcal 762 P 79 L 36 HC 81 Ca 504 Fe 9	

LUNES	DÍA 22	MARTES	DÍA 23	MIÉRCOLES	DÍA 24	JUEVES	DÍA 25	VIERNES	DÍA 26
Coditos carbonara	Acelgas rehogadas			Puré de calabaza		Sopa de cocido Sin garbanzos)		Patatas con magro	
Ternera asada en su jugo	Mero al horno con ensalada			Croquetas y empanadillas con ensalada		Lomo a la plancha con ensalada		Jamoncitos de pollo con ensalada	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo			Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 734 P 41 L 25 HC 87 Ca 139 Fe 6	Kcal 589 P 34 L 23 HC 38 Ca 280 Fe 9			Kcal 737 P 24 L 33 HC 65 Ca 226 Fe 4		Kcal 714 P 64 L 32 HC 43 Ca 137 Fe 8		Kcal 783 P 42 L 47 HC 52 Ca 91 Fe 5	

LUNES	DÍA 29	MARTES	DÍA 30	MIÉRCOLES	DÍA 31	JUEVES	VIERNES
Arroz con tomate	Puré de zanahorias			Espaguetis boloñesa			
Albóndigas caseras con ensalada	Limanda a la romana con ensalada			Tortilla española con ensalada			
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo			Fruta – lácteo			
Kcal 780 P 54 L 32 HC 74 Ca 132 Fe 8	Kcal 692 P 30 L 18 HC 57 Ca 153 Fe 5			Kcal 803 P 43 L 39 HC 72 Ca 153 Fe 7			