

**LUNES                      MARTES                      MIERCOLES                      JUEVES                      VIERNES**

**LUNES                      MARTES                      MIERCOLES                      JUEVES                      VIERNES                      DÍA 8**

Ensalada campera (sin huevo)

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Fruta – lácteo

Kcal 652 P 43 L 31 HC 27 Ca 129 Fe 6

**LUNES                      DÍA 11                      MARTES                      DÍA 12                      MIERCOLES                      DÍA 13                      JUEVES                      DÍA 14                      VIERNES                      DÍA 15**

Espaguetis boloñesa (sin huevo)

Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Patatas con costillas

Fideua

Puré de calabaza

Lacón a la gallega con ensalada

Jamoncitos de pollo con ensalada

Ternera asada jardinera con guarnición

Bonito con tomate y con ensalada

Lomo ibérico con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 819 P 47 L 51 HC 68 Ca 137 Fe 7

Kcal 697 P 41 L 25 HC 80 Ca 123 Fe 8

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

Kcal 766 P 60 L 33 HC 58 Ca 261 Fe 17

Kcal 639 P 24 L 13 HC 34 Ca 78 Fe 3

**LUNES                      DÍA 18                      MARTES                      DÍA 19                      MIERCOLES                      DÍA 20                      JUEVES                      DÍA 21                      VIERNES                      DÍA 22**

Ensalada de pasta (sin huevo)

Judías blancas estofadas

Puré de zanahoria

Sopa de cocido

Arroz blanco con tomate

Albóndigas con ensalada (sin huevo)

Escalope de pollo con ensalada

Ragout de ternera con arroz blanco

Cocido completo (sin chorizo, morcilla, tocino)

Mero a la bilbaina con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 818 P 52 L 42 HC 86 Ca 167 Fe 8

Kcal 860 P 53 L 44 HC 65 Ca 206 Fe 9

Kcal 671 P 37 L 18 HC 68 Ca 133 Fe 7

Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10

Kcal 762 P 29 L 31 HC 71 Ca 72 Fe 3

**LUNES                      DÍA 25                      MARTES                      DÍA 26                      MIERCOLES                      DÍA 27                      JUEVES                      DÍA 28                      VIERNES                      DÍA 29**

Macarrones a la romana (sin huevo)

Lentejas burgalesa

Puré de verduras

Arroz abanda

Potage malagueño

Filete de ternera con patatas

Salmón a la marinera con ensalada

Lasaña boloñesa (sin huevo)

Merluza a la gallega con ensalada

Filete de pollo a la plancha con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 613 P 39 L 20 HC 70 Ca 90 Fe 5

Kcal 795 P 42 L 45 HC 56 Ca 129 Fe 8

Kcal 758 P 46 L 28 HC 83 Ca 572 Fe 6

Kcal 815 P 67 L 25 HC 85 Ca 286 Fe 18

Kcal 679 P 30 L 10 HC 41 Ca 162 Fe 6