

LUNES MARTES MIERCOLES JUEVES VIERNES

LUNES MARTES MIERCOLES JUEVES VIERNES DÍA 8

Ensalada campera

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

Brócolis Rehogados

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

Tortilla de patata 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 640 P 37 L 34 HC 48 Ca 368 Fe 5

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 652 P 23 L 22 HC 69 Ca 175 Fe 6

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

Ensalada de pasta

Menestra de verduras

Puré de zanahoria

Sopa de cocido (sin garbanzos)

Arroz blanco con tomate

Albóndigas con ensalada

Escalope de pollo con ensalada

Ragout de ternera con arroz blanco

Lomo a la plancha con ensalada

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 611 P 40 L 33 HC 40 Ca 125 Fe 5

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

Kcal 644 P 57 L 21 HC 31 Ca 109 Fe 7

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

Ensalada rossé

Puré de verduras

Paella valenciana

Menestra de verduras

Huevos fritos con patatas

Salmón a la marinera con ensalada

Lasaña boloñesa

Merluza a la gallega con ensalada

Croquetas y empanadillas con jamón y ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 763 P 34 L 33 HC 84 Ca122 Fe 6

Kcal 681 P 46 L 37 HC 18 Ca120 Fe 4

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 677 P 31 L 47 HC 60 Ca 240 Fe 5