

#

LUNES	DÍA 1	MARTES	DÍA 2	MIÉRCOLES	DÍA 3	JUEVES	DÍA 4	VIERNES	DÍA 5
Espaguetis boloñesa (sin huevo)	Patatas con costillas	Sopa de cocido	Arroz abanda	Judías blancas estofadas (sin chorizo , morcilla y tocino)	Lomo a la plancha con ensalada	Filete de pollo a la plancha con ensalada	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6
Lomo a la plancha con ensalada	Filete de pollo a la plancha con ensalada	Cocido madrileño (sin chorizo , morcilla y tocino)	Mero a la plancha con ensalada	Ternera asada con guarnición	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Kcal 636 P 41 L 41 HC 27 Ca 83 Fe 4
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10
Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6	Kcal 636 P 41 L 41 HC 27 Ca 83 Fe 4	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 565 P 28 L 19 HC 48 Ca 56 Fe 3	Kcal 646 P 40 L 25 HC 68 Ca 212 Fe 8					

LUNES	DÍA 8	MARTES	DÍA 9	MIÉRCOLES	DÍA 10	JUEVES	DÍA 11	VIERNES	DÍA 12
<b>FIESTA</b>		Macarrones italiana	Lentejas con verduras	Puré de verduras	Potage de vigilia (sin huevo)	Lacón a la gallega con ensalada	Filete de ternera a la plancha	Lenguado a la plancha con ensalada	Fruta – lácteo
		Lacón a la gallega con ensalada	Mero a la plancha con ensalada	Filete de ternera a la plancha	Lenguado a la plancha con ensalada	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
		Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
		Kcal 917 P 40 L 45 HC 88 Ca 138 Fe 6	Kcal 575 P 36 L 22 HC 58 Ca 119 Fe 7	Kcal 529 P 26 L 9 HC 39 Ca 189 Fe 7	Kcal 547 P 44 L 16 HC 58 Ca 266 Fe 8				

LUNES	DÍA 15	MARTES	DÍA 16	MIÉRCOLES	DÍA 17	JUEVES	DÍA 18	VIERNES	DÍA 19
Arroz blanco con tomate	Patatas con magro	Lentejas estofadas (sin chorizo , morcilla y tocino)	Sopa juliana	Potage de garbanzos (sin huevo)	Lomo ibérico a la plancha con ensalada	Filete de merluza con ensalada	Ragout de ternera con guarnición	Filete de pollo a la plancha con ensalada	Bonito con tomate con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 728 P 32 L 37 HC 70 Ca 78 Fe 4	Kcal 607 P 36 L 40 HC 28 Ca 98 Fe 4	Kcal 701 P 48 L 29 HC 62 Ca 144 Fe 10	Kcal 484 P 27 L 8 HC 27 Ca 107 Fe 4	Kcal 664 P 49 L 26 HC 61 Ca 276 Fe 9					

LUNES	DÍA 22	MARTES	DÍA 23	MIÉRCOLES	DÍA 24	JUEVES	DÍA 25	VIERNES	DÍA 26
Coditos napolitana (sin huevo)	Lentejas estofadas(sin chorizo , morcilla y tocino)	Puré de zanahoria	Sopa de cocido	Crema de calabaza	Merluza a la plancha con ensalada	Jamonicos de pollo asado con ensalada	Lasaña boloñesa (sin huevo)	Cocido madrileño(sin chorizo , morcilla y tocino)	Filete de lenguado con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 596 P 43 L 24 HC 53 Ca 114 Fe 5	Kcal 697 P 41 L 25 HC 80 Ca 123 Fe 8	Kcal 758 P 46 L 28 HC 83 Ca 572 Fe 6	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 530 P 22 L 12 HC 37 Ca 111 Fe 3					

LUNES	DÍA 29	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Arroz blanco con tomate	Lomo a la plancha con ensalada	Fruta – lácteo			
Fruta – lácteo					
Kcal 728 P 32 L 37 HC 70 Ca 78 Fe 4					

#