

#

LUNES	DÍA 1	MARTES	DÍA 2	MIÉRCOLES	DÍA 3	JUEVES	DÍA 4	VIERNES	DÍA 5
Espaguetis boloñesa		Patatas con costillas		Sopa de cocido (sin garbanzos)		Paella valenciana		Menestra de verduras	
Lomo empanado con ensalada		Filete de pollo empanado con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Medallones de mero a la bilbaína con ensalada		Ternera asada con guarnición	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 830 P 53 L 41 HC 62 Ca 113 Fe 7		Kcal 806 P 49 L 52 HC 39 Ca 111 Fe 5		Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 7		Kcal 830 P 64 L 32 HC 74 Ca 225 Fe 17		Kcal 560 P 34 L 28 HC 46 Ca 145 Fe 5	

LUNES	DÍA 8	MARTES	DÍA 9	MIÉRCOLES	DÍA 10	JUEVES	DÍA 11	VIERNES	DÍA 12
		Macarrones italiana		Pisto manchego		Puré de verduras		Acelgas rehogadas	
<b>FIESTA</b>		Lacón a la gallega con ensalada		Tortilla de patatas con ensalada		Croquetas y empanadillas con jamón		Lenguado a la romana con ensalada	
		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
		Kcal 917 P 40 L 45 HC 88 Ca 138 Fe 6		Kcal 510 P 21 L 32 HC 37 Ca 175 F 6		Kcal 668 P 26 L 33 HC 71 Ca 334 Fe 7		Kcal 572 P 33 L 24 HC 34 Ca 305 Fe 9	

LUNES	DÍA 15	MARTES	DÍA 16	MIÉRCOLES	DÍA 17	JUEVES	DÍA 18	VIERNES	DÍA 19
Arroz blanco con tomate		Patatas con magro		Coliflor gratinada		Fideua		Menestra de verduras	
Huevos fritos con salchichas		Calamares andaluza con ensalada		Ragout de ternera con guarnición		Filete de pollo empanado con ensalada		Bonito con tomate con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5		Kcal 658 P 31 L 44 HC 36 Ca 84 Fe 6		Kcal 641 P 44 L 39 HC 31 Ca 314 Fe 6		Kcal 678 P 60 L 25 HC 54 Ca 236 Fe 17		Kcal 528 P32 L 31 HC 33 Ca 121 Fe 4	

LUNES	DÍA 22	MARTES	DÍA 23	MIÉRCOLES	DÍA 24	JUEVES	DÍA 25	VIERNES	DÍA 26
Coditos carbonara		Acelgas rehogadas		Puré de zanahoria		Sopa de cocido (sin garbanzos)		Crema de calabaza	
Merluza a la romana con ensalada		Jamonicos de pollo asado con ensalada		Lasaña boloñesa		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Buchones de bacalao con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 743 P 46 L 20 HC 94 Ca 169 Fe 6		Kcal 593 P 32 L 20 HC 50 Ca 271 Fe 9		Kcal 758 P 46 L 28 HC 83 Ca 572 Fe 6		Kcal 503 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 7		Kcal 581 P 29 L 22 HC 44 Ca 126 Fe 4	

LUNES	DÍA 29	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Arroz tres delicias				
	Huevos fritos con patatas				
	Fruta – lácteo				
	Kcal 763 P 28 L 36 HC 82 Ca 84 Fe 4				

#