

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	DÍA 1	VIERNES	DÍA 2
				Crema de verduras	Ensalada campera	
			Filete de merluza con ensalada	Filete de lomo a la plancha con ensalada		
			Fruta	Fruta		
			Kcal 401 P 29 L 18 HC 36 Ca 149 Fe 4	Kcal 592 P 43 L 35 HC 27 Ca 125 Fe 5		

LUNES	DÍA 5	MARTES	DÍA 6	MIERCOLES	DÍA 7	JUEVES	DÍA 8	VIERNES	DÍA 9
Macarrones napolitana	Judías blancas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Patatas con bonito	Arroz blanco con tomate	Arroz blanco con tomate	Arroz blanco con tomate	Arroz blanco con tomate	Arroz blanco con tomate	Puré de calabaza	Puré de calabaza
Salmon a la plancha	Filete de pollo a la plancha con ensalada	Jamón asado en su jugo con guarnición	Filete de lenguado a la plancha con ensalada	Filete de lenguado a la plancha con ensalada	Filete de lenguado a la plancha con ensalada	Filete de lenguado a la plancha con ensalada	Filete de lenguado a la plancha con ensalada	Huevos fritos con patatas	Huevos fritos con patatas
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Kcal 828 P 47 L 41 HC 68 Ca 134 Fe 7	Kcal 697 P 46 L 30 HC 63 Ca 192 Fe 8	Kcal 842 P 57 L 41 HC 63 Ca 93 Fe 6	Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2	Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2	Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2	Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2	Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2	Kcal 448 P 19 L 22 HC 47 Ca 113 Fe 4	Kcal 448 P 19 L 22 HC 47 Ca 113 Fe 4

LUNES	DÍA 12	MARTES	DÍA 13	MIERCOLES	DÍA 14	JUEVES	DÍA 15	VIERNES	DÍA 16
<b>FIESTA</b>	Lentejas castellana (sin chorizo, morcilla, tocino)	Arroz blanco con tomate	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Pisto manchego	Pisto manchego
	Bonito con tomate	Lomo ibérico con ensalada	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Tortilla de patatas con ensalada	Tortilla de patatas con ensalada
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Kcal 637 P 40 L 27 HC 60 Ca 139 Fe 8	Kcal 558 P 25 L 27 HC 58 Ca 50 Fe 3	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 510 P 21 L 32 HC 37 Ca 175 Fe 6	Kcal 510 P 21 L 32 HC 37 Ca 175 Fe 6

LUNES	DÍA 19	MARTES	DÍA 20	MIERCOLES	DÍA 21	JUEVES	DÍA 22	VIERNES	DÍA 23
Coditos con tomate	Judías blancas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Arroz blanco con tomate	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Sopa de cocido	Puré de zanahoria	Puré de zanahoria
Merluza a la plancha con ensalada	Filete de ternera a la plancha con ensalada	Tortilla de jamón con ensalada	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)	Lomo ibérico con ensalada	Lomo ibérico con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Kcal 596 P 43 L 24 HC 53 Ca 114 Fe 5	Kcal 525 P 37 L 19 HC 51 Ca 163 Fe 7	Kcal 659 P 27 L 37 HC 58 Ca 98 Fe 4	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 405 P 26 L 13 HC 49 Ca 106 Fe 4	Kcal 405 P 26 L 13 HC 49 Ca 106 Fe 4

LUNES	DÍA 26	MARTES	DÍA 27	MIERCOLES	DÍA 28	JUEVES	DÍA 29	VIERNES	DÍA 30
Puré de calabaza	Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Arroz con tomate	Puchero castellano	Puchero castellano	Puchero castellano	Puchero castellano	Puchero castellano	Macarrones napolitana	Macarrones napolitana
Filetes rusos con ensalada	Filete de lenguado a la romana con ensalada	Huevos fritos con patatas	Jamoncitos de pollo con ensalada	Jamoncitos de pollo con ensalada	Jamoncitos de pollo con ensalada	Jamoncitos de pollo con ensalada	Jamoncitos de pollo con ensalada	Mero a la plancha con ensalada	Mero a la plancha con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Kcal 652 P 27 L 23 HC 62 Ca 125 Fe 6	Kcal 676 P 42 L 28 HC 64 Ca 156 Fe 8	Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 86 Fe 4	Kcal 868 P 44 L 42 HC 81 Ca 179 Fe 10	Kcal 868 P 44 L 42 HC 81 Ca 179 Fe 10	Kcal 868 P 44 L 42 HC 81 Ca 179 Fe 10	Kcal 868 P 44 L 42 HC 81 Ca 179 Fe 10	Kcal 868 P 44 L 42 HC 81 Ca 179 Fe 10	Kcal 650 P 44 L 28 HC 55 Ca 103 Fe 5	Kcal 650 P 44 L 28 HC 55 Ca 103 Fe 5