

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	DÍA 1	VIERNES	DÍA 2
				Espinacas a la crema	Ensalada campera	
			Filete de pollo a la plancha con ensalada	Filete de lomo a la plancha con ensalada		
			Fruta – lácteo	Fruta – lácteo		
			Kca 497 P 30 L 23 HC 19 Ca 383 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
Espaguetis boloñesa	Alubias pintas estofadas	Crema de verduras	Arroz blanco con tomate	Puré de calabaza					
Filete de ternera a la plancha	Escalope de pollo con ensalada	Jamón asado en su jugo con guarnición	Lomo ibérico con ensalada	Huevos fritos con salchichas					
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo					
Kcal 613 P 39 L 20 HC 70 Ca 90 Fe 5	Kcal 667 P 20 L 35 HC 71 Ca 86 Fe 4	Kcal 617 P 31 L 26 HC 69 Ca 227 Fe 8	Kcal 728 P 32 L 37 HC 70 Ca 78 Fe 4	Kcal 661 P 26 L 36 HC 34 Ca 116 Fe 5					

LUNES	DÍA 12	MARTES	DÍA 13	MIERCOLES	DÍA 14	JUEVES	DÍA 15	VIERNES	DÍA 16
		Lentejas castellana	Arroz tres delicias	Sopa de cocido	Judías verdes con jamón				
<b>FIESTA</b>	Filete de pollo a la plancha	Escalopines provenzal con ensalada	Cocido madrileño	Tortilla de patatas con ensalada					
	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo					
	Kcal 582 P 37 L 33 HC 37 Ca 135 Fe 6	Kcal 824 P 40 L 38 HC 80 Ca 76 Fe 5	Kcal 709 P 51 L 27 HC 70 Ca 210 Fe 18	Kcal 636 P 28 L 25 HC 45 Ca 185 Fe 6					

LUNES	DÍA 19	MARTES	DÍA 20	MIERCOLES	DÍA 22	JUEVES	DÍA 23	VIERNES	DÍA 23
Coditos carbonara	Judías blancas estofadas	Arroz blanco con tomate	Sopa de cocido	Puré de zanahoria					
Filete de lomo a la plancha con ensalada	Filete de ternera a la plancha con ensalada	Tortilla de jamón con ensalada	Cocido madrileño	Croquetas, empanadillas y jamón york con ensalada					
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo					
Kcal 654 P 38 L 24 HC 70 Ca 86 Fe 5	Kcal 676 P 42 L 28 HC 64 Ca 156 Fe 8	Kcal 659 P 27 L 37 HC 58 Ca 98 Fe 4	Kcal 709 P 51 L 27 HC 70 Ca 210 Fe 18	Kcal 668 P 26 L 33 HC 71 Ca 334 Fe 7					

LUNES	DÍA 26	MARTES	DÍA 27	MIERCOLES	DÍA 28	JUEVES	DÍA 29	VIERNES	DÍA 30
Puré de calabaza	Lentejas estofadas	Arroz con tomate	Sopa de puchero	Macarrones napolitana					
Filetes rusos con ensalada	Filete de ternera a la plancha con ensalada	Huevos fritos con salchichas y patatas	Jamoncitos de pollo con ensalada	Lacón en salsa con ensalada					
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo					
Kcal 652 P 27 L 23 HC 62 Ca 125 Fe 6	Kcal 695 P 46 L 28 HC 65 Ca 158 Fe 10	Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5	Kcal 652 P 59 L 22 HC 56 Ca 122 Fe 7	Kcal 827 P 48 L 51 HC 70 Ca 146 Fe 7					